



စစ်ကိုင်းတိုင်း ယင်းမာပင်မြို့နယ် စံပြရွာသာယာ
ရိုးမတိမ် မဟာအောင်မြေကျောင်း ဆရာတော်

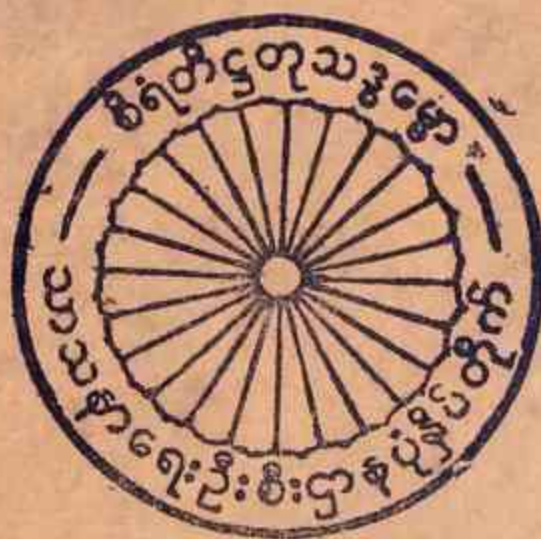
ဦးသီလာစာရ

ရေးသားတော်မူသော

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

(ဒုတိယတွဲ)

[ဓမ္မပဒ-ပါဠိ၊ အနက်၊ မြန်မာကဗျာ၊ သင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ ဝတ္ထုကြောင်းများ]

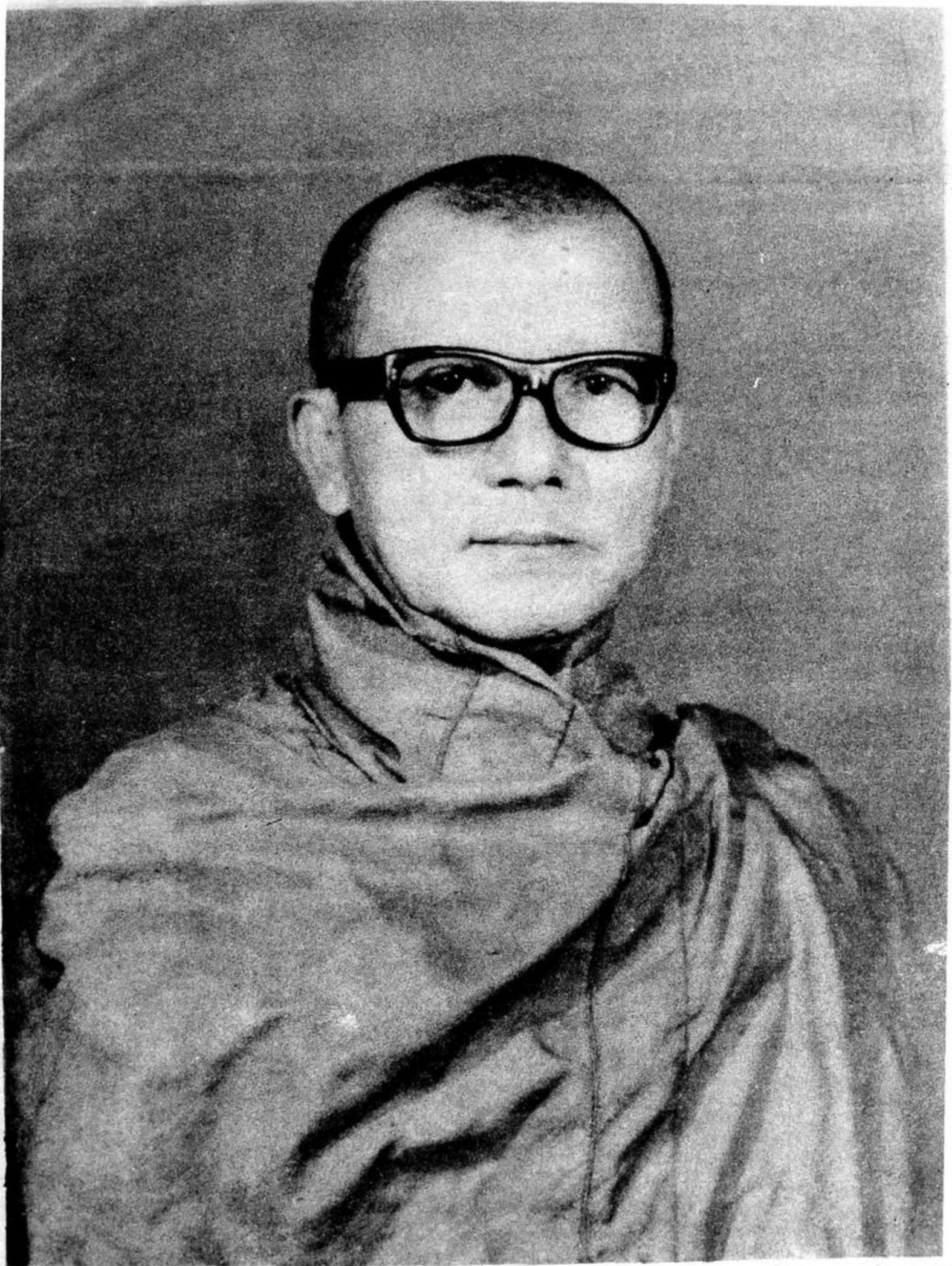


ပြည်ထောင်စု ဆိုရှယ်လစ်သမ္မတ မြန်မာနိုင်ငံတော်
သာသနာရေးဦးစီးဌာန။

သာသနာ-၂၅၅



ဩဂုတ်လ-၁၉၈၁



ရိုးမတိမ် မဟာအောင်မြေကျောင်း
ဆရာတော် ဦးသီလာစာရ



စကားဦး နိဒါန်း

“ခါလဲ သိစရာ၊ ခါလဲ သိစရာ”

သိစရာတွေ အကုန်သိအောင် လိုက်နေပါက ကမ္ဘာထောင်သောင်း အသက်ပေါင်း အသင်္ချေဆုံးသော်လည်း သိစရာတွေနောက် လိုက်လို့ ဆုံးမှာ မဟုတ်တော့ဘူး။

ဣဒံ ဥေယျံ ဣဒံ ဥေယျံ၊
ယော သမ္ဗိ ဉာတုမိစ္ဆတိ။
အပိကပ္ပ သဟဿာယု၊
တဿန္တံ နာဓိဂစ္ဆတိ။
(နိတိရတနမာလာ)

နိကာယ်အားဖြင့် ငါးတန် ဓမ္မက္ခန္ဓာအားဖြင့် ရှစ်သောင်းလေးထောင် ရှိသော ဗုဒ္ဓ၏ ဟောတော်မူချက်များသည် သုတ်အရေအတွက်အားဖြင့် သော်ကား အရှည်၊ အလတ်၊ အတို မျိုးစုံ—

(၁) ဒိဃနိကာယ		၃၄
(၂) ဓဇ္ဈိမနိကာယ		၁၅၂
(၃) သံယုတ္တနိကာယ		၇၇၆၂
(၄) အင်္ဂုတ္တရနိကာယ	—	၉၅၅၇
		၁၇၅၀၅

စုစုပေါင်း ၁၇၅၀၅ (တစ်သောင်းခုနစ်ထောင်ငါးရာငါးသုတ်) ရှိပါသည်။

ကုန်ပြီလား ...။

မကုန်သေး...။

- (၅) ခုဒ္ဒကနိကာယ... (က) ဝိနည်းငါးကျမ်း၊
 (ခ) အဘိဓမ္မာခုနစ်ကျမ်း၊
 (ဂ) ခုဒ္ဒကပါဌ-စသည် ၁၅-ကျမ်း။

သုတ်ပေါင်း တစ်သောင်း ခုနစ်သောင်း ငါးရာ ငါးသုတ်ကလည်း
 မနည်း။ ဝိနည်းငါးကျမ်းဆိုတာကလည်း ကျယ်ဝန်းပါတိ၊ အဘိဓမ္မာ
 ခုနစ်ကျမ်းဆိုတာကလည်း နက်နဲသော ပင်လယ်သမုဒ္ဓိ၊ ခုဒ္ဒကပါဌ
 စသည်ဆိုတာကကော ကြည့်ပါဦး...။

- (၁) ခုဒ္ဒကပါဌ
 (၂) ဓမ္မပဒ
 (၃) ဥဒါန
 (၄) ဣတ္ထိ ဝုတ္တက
 (၅) သုတ္တ နိပါတ
 (၆) ဝိမာန ဝတ္ထု
 (၇) ပေတ ဝတ္ထု
 (၈) ထေရဂါထာ
 (၉) ထေရီဂါထာ
 (၁၀) ဇာတက(၅၅၀)
 (၁၁) နိဒ္ဒေသ(စူဠ-မဟာ)
 (၁၂) ပဋိသန္ဓိဒါမဂ္ဂ
 (၁၃) အပဒါန
 (၁၄) ဗုဒ္ဓဝံသ
 (၁၅) ခရိယာပိဋက

ဤမျှလောက်ပင် ကောင်းကင်က ကြယ် ပြောကျယ်များပြားသလို
 များပြားနေသော ဗုဒ္ဓ၏ စကြဝဠာကြီးကို အဘယ်သာမန်သူသည်
 စကြဝဠာ နဲ့ ခင်းမေးပေါ်တက်၍ လက်စတုံးစောင်း အဆုံးတိုင်
 လျှောက်သွားနေနိုင်ပါ့နဲ့နည်း။

သို့သော် တခုတော့ ရှိသည်။

“ကွန်ချောရှုပ်စည်း၊ တဆုပ်တည်းသို့၊ ကံမည်းလိပ်ဖုံး၊ စာ
တလုံးက၊ ထွက်ကျုံးမိပ္ပာယ်၊ အနက်ကျယ်သို့၊ ပင်လယ်မြစ်နက်၊
ရေတစက်ကို၊ လျှာထက်ခါးငန့်၊ သိစဟန်သို့။”
(ဘုံခန်းပျို့၊ ၈၅-ပိုဒ်)

ပိုက်ကွန်ကြီး ဘယ်လောက်ကားကား ဆုပ်လိုက်တော့ လက်တဆုပ်
စာမျှသာ ရှိသလို အတွင်းက အကြောင်းအရာတွေ ဘယ်လောက်
များများ ကမည်းလိပ်စာမှာ အကုန်ပါသလို ပင်လယ်၏ အနု
အရသာ ဘယ်လောက် နယ်ကျယ်ကျယ် ပင်လယ်တကွက်က တစက်
လောက် ပင်လယ်ရေ လျှာပေါ် ထို့စမ်းက ပင်လယ်တပြင်လုံး ငန့်မှန်း
ခါးမှန်း သိရသလိုတို့တို့နှင့်မိသော “ပိဋကတ်ကွန်ချော” တခုရှိလျှင်ယင်းကို
လိုလားအပ်လှသည်။

အလျား ၁၀-လက်မခွဲသာသာ အနံ ၇-လက်မရှိ ဆိုက်ကြီးနှင့်
စာမျက်နှာပေါင်း ၆၅၁၉-ရှိသော မဟာဘာရတကျမ်းကြီး၏ အနှစ်
သာရသည် အလျား ၅-လက်မခန့် အနံ ၃-လက်မခွဲရှိ ဆိုက်ကလေးနှင့်
စာမျက်နှာပေါင်း ၃၆၉-ရှိသော ဘဂဝတ်ဂီတအတွင်း၌ စုဝေး
သကဲ့သို့ နိကာယ်အဆီအနှစ် စုဝေးသော ကျမ်းတကျမ်း ဗုဒ္ဓသာသနာ၌
ရှိလျှင် ယင်းကို အလွန် တောင့်တလိုလားအပ်လှပါသည်။

ရှိပါသော်ကော။

ခုဒ္ဒကနိကာယ် ၁၅-ကျမ်းအနက် အမှတ်(၂) ဓမ္မပဒကျမ်းသည်
နိကာယ်အဆီအနှစ် စုဝေးရာ ကျမ်းတကျမ်း ဖြစ်ပေသည်။ သဘော
နက်သော်လည်း စကားလုံး မခက်သောဂုဏ် ဓမ္မပဒမှာ ရှိသည်။

ခုဒ္ဒကနိကာယ် အဝင်အပါ အချို့သော ကျမ်းများမှာ ခေတ်အလို
အားဖြင့် ရွှေ့နောက် အတွန်းအထိုး ခံနေရရှာသည်။

များသောအားဖြင့် နောက်ပိုင်း ကက်သို ရသဒလ္လာန် ဆွဲတွန်း
ပို့ဆောင်ခြင်း ခံရသည်။

ဤနေရာ၌ ကထာ သဒ္ဓိတ သာဂရကို တည်းဖြတ်သော ဝါသုဒ္ဓေဝ-
ဓမ္မ၏ စာကြောင်းကလေးများကို သတိရမိသည်။

“သံသဂေါ ဝေါယံ ပါယော ယူဓရာပ ဒေသိယ ဝိဒ္ဓန္တံ
ယံ ပုထုတနမာနာနမပိ ဘာရတ ဝဿိယဂ္ဂန္ဓာနံ တံ ပဏေတုနဉ္စ
အဝါစိနတ္ထ သာဓနာယ ယာဝသက္ကံ ယတန္ဓေ။ ပတ္တေပိ
တပ္ပါစိနတ္တာဝဗောဓကေ သမတပဋိကူလေ ဒဠေ ပမာဏေ
‘ပက္ခိတ္တမေတံ’ ဣတိဝတ္တာ သာတိမတမေဝ ပုရောကုဗ္ဗန္တိ”

ပုထုတနမာနာနမပိ၊ ရွေးကျသည်ဖြစ်ပါကုန်လျက်လည်း။ ဘာရတ-
ဝဿိယဂ္ဂန္ဓာနဉ္စ၊ ဣန္ဒြိယဖြစ် ကျမ်းတို့၏၎င်း။ တံ ပဏေတုနဉ္စ၊ ထိုကျမ်း-
များကို ပြုသော ကျမ်းပြုပုဂ္ဂိုလ်တို့၏၎င်း။ အဝါစိနတ္ထ သာဓနာယ၊
နောက်ပိုင်းကျကြောင်း အခိုင်အမာပြုရန်။ ယာဝသက္ကံ၊ တတ်နိုင်
သလောက်။ ယံ ယတန္ဓေ၊ အကြွင်း ကြွီးစားကုန်၏။ အယံ၊ ဤသဘော
ကား။ ပါယော ယူဓရာပ ဒေသိယ ဝိဒ္ဓန္တံ၊ များစွာသော ဥရောပ
တိုက်သား ပညာရှိအများတို့၏။ သံသဂေါ ဝေ၊ သဘောတံတွာ ဓမ္မတာ
သာလျှင်တည်း။

တပ္ပါစိနတ္တာဝဗောဓကေ၊ ထိုကျမ်းများ ကျမ်းပြုများ ရွေးကျ
ကြောင်းကို သိစေတတ်သော။ သမတပတိကူလေ၊ သူတို့အလိုနှင့်
ဆန့်ကျင်သော။ ဒဠေ၊ ခိုင်မာသော။ ပမာဏေ၊ အထောက်အထားကို။
ပတ္တေပိ၊ ရပြန်ပါသော်လည်း။ ‘တေ၊ ဤအထောက်သာဓက ပမာဏ
သည်။ ပက္ခိတ္တံ၊ နောက်မှထည့်သွင်း ‘အင်တာပိုလေရှင်း’ပေတည်း။ ဣတိ
ဝတ္တာ၊ ဤသို့ ဆို၍။ သာတိမတမေဝ၊ သူတို့ကြိုက်သော အယူဝါဒကို
သာလျှင်။ ပုရောကုဗ္ဗန္တိ၊ ရွေးဘန်းတင်ကြကုန်၏။

“ရွေးကျသော ဣန္ဒြိယကျမ်းများ၊ ကျမ်းပြုများကို တတ်နိုင်သလောက်
နောက်ပိုင်းသို့ကျစေအောင် ‘ဆွဲချ’ပြုလုပ်ကြခြင်းကား ဥရောပတိုက်သား
အများသော ပညာရှိတို့၏ သဘောသာတည်း။ ရွေးကျကြောင်း ခိုင်လုံ
သော အထောက်အထားရပြန်ပါကလည်း သူတို့အလိုကျ မဟုတ်က ‘ဒွါ

နောက်ထည့်တော့ပါ' ဆိုလိုက်၍ သူတို့ကြိုက်သော အဆိုကိုသာ ရွှေတန်း တင်ကြ(ပဲ့ထုတ်ကြ)ကုန်၏။

ဗုဒ္ဓ၏ ဓမ္မပဒကား ဤသို့ မဟုတ် တင့်တောင့်တင့်တယ် ရှိပါသည်။

တူးရာ ဖော်ရာက ရမှ၊ ခပ်ဝေးဝေးမှာ ခပ်ဆွေးဆွေး တွေ့ရမှ တန်ဖိုး ထားတတ်သူတို့အကြိုက် ခိုတန်လိုနေရာမျိုးမှာ အရေးအားဖြင့် ခဏောဌိ၊ ဘာသာအားဖြင့် ပြာကြိုင်ဓမ္မပဒကို တွေ့ရသည်။

တုရဖာန်လိုနေရာမျိုးမှာ သင်္သကရိုင်ဘာသာ ဓမ္မပဒကို တွေ့ရသည်။

ဗုဒ္ဓသက္ကတဘာသာရေး...မဟာဝတ္ထုကဲ့သို့သော စာကြီး ပေကြီး များ၌လည်း တွေ့ရသည်။ (“ဓမ္မပဒေသု သဟဿဝဂ္ဂံ”)

မူလသက္ကတဘာသာ၊ တရုတ်ဘာသာပြန် ဓမ္မပဒန် (ဖ-ချူ-ကိင်)ကို ခရစ်နှစ်ပေါ်ပြီး သုံးရာစုအတွင်း (ခ-ပ-၂၂၃)တွေ့ရသည်။ (ဓမ္မပဒန်= ဓမ္မပဒဘာသာပြန်။)

တိဗ္ဗတ်ဘာသာပြန် (ခ-ပ ၈၁၇-၈၄၂) ဓမ္မပဒန်လည်း ရှိသည်။

ရှင်နန္ဒပညရေးသော စူဠဝန္တဝင်၌ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာကို ရှင်ဗုဒ္ဓဇောသ ရေး ဟု ဆိုသည်။

ပိဋကတ်မှန်၌လည်း အလားတူ ဆိုသည်။

သက္ကရာဇ် ၁၀၄၃၊ ဝမ်းပဲအင်း စံခင်းလက်ထက်၊ ဘုံကျော်တုလွတ် ဆရာတော်၏ ပိဋကတ်သမိုင်း၌လည်း ရှင်မဟာဗုဒ္ဓဇောသ ရေးသည်ဟု ဆိုသည်။

သက္ကရာဇ် ၁၁၉၃၊ မြေးတော် စစ်ကိုင်းမင်းလက်ထက်၊ ဘုတ်ကန် ဆရာတော်၏ ပိဋကတ်ကြေးမုံတွင် ရှင်ဗုဒ္ဓဇောသ ပြုစုသော ကျမ်း စာရင်းတွင် ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာ မပါ။

ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာကို ရှင်ဗုဒ္ဓဇောသ ပြု၊မပြု ပြဿနာ ရှိသည့်။
ထားဘိ။

ဓမ္မပဒ ပါဠိတော်၏ အခြံအရံကျမ်းများ သီတိုဋ္ဌကျမ်းမှလည်း ရှိသည်။ မြန်မာပြည်မှာလည်း ရှိသည်။

မဇ္ဈိမ ရသဝါဟိနီ၏ သာရတ္ထဒီပိကာဦးကာကို ရေးသော သိရိသိဒ္ဓတ္ထ သည် ဓမ္မပဒလိနတ္ထဝဏ္ဏနာ ခေါ်သော ဓမ္မပဒ ဂဏ္ဍိ အဖွင့်ကျမ်းတခု ရေးခဲ့သည်။

တက်နွဲ့ချောင်း ကျောက်စာ၊ ကျမ်းအလှူစာရင်း၌ (နံပါတ် ၁၈၇)။ ဓမ္မပဒဂဏ္ဍိနိဿယ ဟု ဓမ္မပဒ၏ အခြံအရံဖြစ်သော ကျမ်းတခု အမှတ် အသား တွေ့ရသည်။

ဘိုးတော်လက်ထက်၊ သက္ကရာဇ် ၁၁၅၅-ခုနှစ်၊ ပြာသာဒ်ကျောင်း ဆရာတော် ရှင်သာရဒဿီ၊ ဓမ္မပဒအဋ္ဌကထာနိဿယ ရေးသည်။

သက္ကရာဇ် ၁၂၀၈-ခု၊ တော်သလင်းလဆုတ် ၁၃-ရက်နေ့၊ ရွှေဘိုမင်း လက်ထက်၊ အဋ္ဌဓမ္မာလင်္ကာရ (သင်္ဃဇာဆရာတော်) မထေရ် ဓမ္မပဒပါဠိ တော် နိဿယ ရေးသည်။

သက္ကရာဇ် ၁၂၂၈-ခု၊ မင်းတုန်းမင်းလက်ထက်၊ ပခုက္ကူ၊ ရေစကြို၊ မင်းဆိုတိုက်၊ ဆရာတော် ဦးဝရသမ္ဗောဓိ ဓမ္မပဒ မဟာဦးကာကို ရေးသည်။

ရှေးသရောအခါ မြန်မာတို့ဘာသာစကားပြေဖြင့် ရတနာကရဝတ္ထု တော်ကြီး၊ သုခဝိတဝတ္ထု အမည်ခံ၍ ဓမ္မပဒဝတ္ထုတော်ကြီးများကို ရေးသားကြသည်။

ဓမ္မပဒဝတ္ထုတော်ကြီး အမည်ဖြင့်လည်း ဆရာတော်များ အထပ်ထပ် ရေးခဲ့ကြပါသည်။

အင်္ဂလိပ်ဘာသာ၊ ဟိန္ဒူ၊ ဗင်္ဂါလီ စသော ဘာသာပေါင်းများစွာဖြင့် ဓမ္မပဒပါဠိ၊ သို့မဟုတ်၊ ပါဠိအဋ္ဌကထာတို့လျက် ဘာသာပြန်ကြသော ကျမ်းပေါင်းများစွာ ရှိပါသည်။

စစ်ကိုင်းတိုင်း၊ ယင်းမာပင်မြို့နယ်၊ စံပြရွာသာယာ၊ ရိုးမတိမ်၊ မဟာ အောင်မြေကျောင်း ဆရာတော်အသျှင်သီလာစာရ စီကုံးရေးဖွဲ့အပ်သော

- (၁) အင်္ဂလိပ်ဘာသာပြန်
- (၂) ပါဠိဘာသာ မြန်မာပြန်
- (၃) ကဗျာပြန်
- (၄) ဝတ္ထုကျဉ်း စကားပြေ—

အားဖြင့် လေးနက်လှသော ဓမ္မပဒ ဘာသာပြန်ကျမ်းကြီးကား မဟာ
ဘာရတကြီး၏ ဘဂဝတ်ဂီတာ ထင်ရှားသကဲ့သို့ ထင်ရှားအံ့သော ကျမ်း
တကျမ်း ဖြစ်ပေသည်တကား။

ယင်း “ဓမ္မပဒ ဘာသာပြန်” ပထမတွဲ ကျမ်းစာမူဖြင့် ဆရာတော်
ဦးသီလာစာရအား ‘စာပေပညာရှင်’ ဆု (၁၅၀၀၀) ကို ဗိုလ်အောင်စာပေ
ဥက္ကဋ္ဌကြီးက ဆက်ကပ်လှူဒါန်းခဲ့ပါသည်။

သူ၏အမည်....ဗုဒ္ဓဂီတိကား၊
မီးထုံထဲ ထပေါက်သည့်ကြာ။

ဆန်းထွန်း (မန်းတက္ကသိုလ်)

ကျမ်းပြု ဆရာတော် ဦးသီလာစာရ၏ ကျေးဇူးတင်လွှာ မေတ္တာစာ

ဘုန်းကြီး ရေးသားပြုစုသော “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ” (ပါဠိ၊ အင်္ဂလိပ်၊ မြန်မာ၊ ကဗျာ၊ ဝတ္ထု) ကျမ်း စာပေ ပထမတွဲကို ပြန်မာပြည်တွင် ထင်ရှားကျော်ကြားသော ဆရာတော်ကြီးများ (စာပေဖခင် စာပေပညာရှင်များ (အသီးသီး တဦးစီ တဦးစီ) ကို တင်ပြခဲ့ပါသည်။ ပညာရှင်အားလုံးက ယင်း စာအုပ်ကို လေ့လာဖတ်ရှုပြီးလျှင် စာကောင်းစာမွန် စာမူကောင်းအဖြစ် အားရဝမ်းသာ ကျေနပ်စွာဖြင့် “စာပေပညာရှင်” ဆုရထိုက်သော စာမူဖြစ်ကြောင်းကို ဖော်ပြပါ စာပေဖခင် (စာပေစစ်ဆေး ဝေဖန်ရေးအဖွဲ့က) ညီညွတ်စွာ ဆုံးဖြတ်အတည်ပြုပေးခဲ့ကြသဖြင့် ရန်ကုန်မြို့ ရေကျော်လမ်း ဗုဒ္ဓဘာသာကလျာဏယုဂအသင်း (ဝိုင်အမ်ဘီအေ) ဥက္ကဋ္ဌကြီး ဦးစိုးရ က ယင်းကျမ်းစာပေ ပထမတွဲအတွက် ကျမ်းပြု ဆရာတော် ဦးသီလာစာရအား ဦးခင်မောင်သက်နှင့် အသင်းဝင်လူကြီးများ မျက်မှောက်တွင် စာပေပညာရှင်ဆု (၁၅၀၀) ကို (၁၉၇၆ ခုအောက်တိုဘာလ ၁၀ ရက်နေ့တွင်) လှူဒါန်းပူဇော်ခဲ့ပါသည်။ (လုပ်သားသတင်းစာတွင်လည်း ဖော်ပြကြေငြာပြီး ဖြစ်ပါသည်။)

စာပေဖခင် (စာပေစစ်ဆေး ဝေဖန်ရေးအဖွဲ့ဝင်များ)

- ၁။ ဦးလှမောင် (နိုင်ငံတော်ကောင်စီဝင် စာလင်းမှို့နယ် ပြည်သူ့လွှတ်တော် ကိုယ်စားလှယ်) ယခင် ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ်၊ သာသနာရေးဦးစီးဌာန၊ ကမ္ဘာအေး၊ ရန်ကုန်မြို့။
- ၂။ ဦးအုန်းခိုင် ဥက္ကဋ္ဌ ဝိုင်-အမ်-ဘီ-အေ (ယခု)။
- ၃။ ဦးကျော်လွင် လက်ထောက်ညွှန်ကြားရေးမှူး သာသနာရေးဦးစီးဌာန၊
- ၄။ ဦးလှသိန်း အစိုးရရွှေနေ၊

၅။ ဦးအောင်သိန်း (ပါဠိကထိကဟောင်း ရန်ကုန်တက္ကသိုလ်)၊

၆။ မြို့မ ဆရာဟိန် (မြန်မာစာပေ ပညာရှိ)။

အထက်ပါ စာပေဖခင် စာပေပညာရှင်ကြီးများ ဝိုင်-အမ်-ဘီ-အေ ဥက္ကဋ္ဌကြီး ဦးစိုးမင်းနှင့် အသင်းဝင် ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးများ (အားလုံး)ကို ငမ်းမြောက်စွာဖြင့် ကျေးဇူးတင်ရှိပါသည်။

ဝိုင်-အမ်-ဘီ-အေ ၏ စေတနာ့မူနီ

ဝိုင်-အမ်-ဘီ-အေ ဥက္ကဋ္ဌကြီး ဦးစိုးရ၊ ယခုလက်ရှိ ဥက္ကဋ္ဌ ဦးအုန်းခိုင် အသင်းဝင်ပုဂ္ဂိုလ်ကြီးအားလုံးသည် “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ” ကျမ်းစာမူအတွက် ဆုတော်ငွေ(၁၅၀၀)ကို ကျမ်းပြု ဆရာတော်အား ပူဇော်လှူဒါန်းရုံမျှနှင့် အားမရနိုင်သေး၊ ယင်း ကျမ်းစာမူကို စာအုပ်ဖြစ်အောင် ရိုက်နှိပ်ပြီးလျှင် ပြည်တွင်းနှင့် ပြည်ပ ကမ္ဘာ့နိုင်ငံများသို့ မွေဒါနအဖြစ် လှူဒါန်း၍ သာသနာပြုရန် စေတနာ့မူနီဖြင့် ကြိုးစားခဲ့ပါသည်။

ထိုသို့ကြိုးစားနေစဉ်တွင် ဂျပန်ပြည်ကမ္ဘာအေးစေတီ ထီးတော်ဟင်ရန် ကိစ္စနှင့် ပြည်တွင်း သာသနာရေးဆိုင်ရာ ဗိမ္ဗုများ ဆင့်ကာ ဆင့်ကာ ပေါ်ပေါက်လာသဖြင့် အသင်းဝင်လူကြီးများမှာ မနေမနား အခြား သာသနာပြုလုပ်ငန်းများအတွက် ဆောင်ရွက်နေရသဖြင့် ယင်းအရေး ကြီးသော စာမူကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေခြင်း မပြုနိုင်သော်လည်း ပင်ကိုယ် စိတ်ရင်း ပါရမီတင်းတင်းနှင့် စိတ်ထားပျက်ပဲ့ “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ” ကျမ်း ဒုတိယတွဲအတွက်ပင် ဆက်သက်စဉ်းစားလျက် စေတနာ့မူနီမကြောင်း သိရှိရပါသည်။

သာသနာရေးဦးစီးဌာန

ဝိုင်-အမ်-ဘီ-အေ စာပေပညာရှင်ဆုရ ဗုဒ္ဓဂီတိကာ (ပါဠိ အင်္ဂလိပ် မြန်မာ ကဗျာ ဝတ္ထု) ကျမ်းကို ပုံနှိပ်ထုတ်ဝေနိုင်ရေးအတွက် အခက်အခဲ မျိုးစုံနှင့် ရင်ဆိုင်တွေ့နေရကြောင်း သတင်းစကားကို ကမ္ဘာအေး သာသနာရေး ဦးစီးဌာန ညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် ဦးကြည်ညွန့် နှင့် ကမ္ဘာအေး ပညာရှင်အားလုံး ကြားသိရပြီးဖြစ်၍ ကျမ်းပြုဆရာတော်က

ကျမ်းစာမူကို တင်ပြသောအခါ သာသနာရေးဌာနညွှန်ကြားရေးမှူးချုပ် ဦးကြည်ညွန့် အမှူးရှိသော စာပေဖခင် ကမ္ဘာ့အေးပညာရှင်များက စာပေဖခင်ပီအစွာ “အမိမြန်မာပြည်မှ စာပေပညာရှင်” သားကောင်း ရတနာ ပေါက်ဖွားလာခြင်းကို ဝမ်းသာအားရ ပွေ့ချီလျက် ညစ်ကြေး သုတ်သင် ဟန်ဆာ ဆင်ပြီးလျှင် (သူ့ဂုဏ် ချီးမြှောက် ကိုယ့်ဂုဏ် မြှောက်အောင်) ဗုဒ္ဓဂိတိကာ ပထမတွဲကို ၁၉၈၀-ခု ဖိစင်ဘာလအတွင်း တင့်တယ်လှပ ရွှမဝအောင် ပထမအကြိမ် ၃၀၀၀ ရိုက်နှိပ်၍ ပြည်တွင်း ပြည်ပ ထုတ်ဝေလျက် ရှိလေပြီ။

ဒုတိယတွဲကို ဆက်လက် ရိုက်နှိပ်နေဆဲဖြစ်ရာ ၁၉၈၁-ခု ဇူလိုင်လ အတွင်း ထုတ်ဝေဖြန့်ချိနိုင်မည်ဟု သိရသဖြင့် သာသနာရေးဦးစီးဌာန စာပေဖခင် ပညာရှင်အားလုံးကို များစွာ ကျေးဇူးတင်ရှိပါကြောင်း။

“ဗုဒ္ဓဂိတိကာ” ကျမ်းစာ ရွှစား သူတော်စင်များသို့—

ကျမ်းပြုဆရာတော်

ဦးသီလာစာရ၏ မေတ္တာမွန်

ဦးသီ — လာလက်တဘူသာနော၊

လာ—ဘ သက္ကာရသီလောကော၊

စာ — ဂ ပညာယ သမ္ပန္နော၊

ရ — န္တိ သုခံ လဘန္တု တေ။

အနက်။ ။ တေ၊ ထို“ဗုဒ္ဓဂိတိကာ” ကျမ်း ရွှစာကို လေ့လာရွှစား လက်ကိုင်ထား၍ တရားသိမြင် သူတော်စင်တို့သည်။ ဦး၊ အန္တရာယ်ကင်း ရန်စွယ်ရှင်း၍ ကောင်းခြင်းစဉ်က မယှဉ်သာအောင် မင်္ဂလာဂြိုး ဖြစ်ပါစေသတည်း။ (ဘဝါဘဝ၊ ဤကျမ်းစာကို ဖတ်ရှုလေ့လာသည့် နေ့မှစ၍ ဖြစ်လေရာရာ ဘဝသံသရာဝယ်။) သီလာလက်တဘူသာနော၊ ကိလေသမြို့မှူး ညစ်ကြေးမတင် ဖြူစင်စွာလှ သီလတန်ဆာ အဖိုးတန် ရတနာဖြင့် ကမ္ဘာ့အလယ် လွန်တင့်တယ်သည့်၎င်း။ လာဘသက္ကာရ-

သိလောကော၊ ပူဇော်လာဘ်ပေါ် လွန်ကျော်စောသည်၎င်း။ စာဂ-
 ပညာယ သမ္ပန္နော၊ စွန့်ကြဲပေးကမ်း လူဒါန်းလို့ မကုန်နိုင်အောင်
 ပြည့်စုံတဲ့ဥစ္စာ ထူးချွန်တဲ့ပညာနှင့် ပြည့်စုံသည်၎င်း။ ဟုတော့၊ ဖြစ်၍။
 ရန္တိသုခံ၊ အမြင့်ဆုံး ရည်သန် နိဗ္ဗာန်ဆိုတဲ့ ချမ်းသာစစ် ချမ်းသာမှန်ကို။
 လာဘန္တု၊ ရရှိ ခံစားနိုင်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဦးသီလာစာရ

ရိုးမတိမ် မဟာအောင်မြေကျောင်း
 စံပြရွာသာယာ ယင်းမာပင်မြို့နယ်၊ မုံရွာ၊
 စစ်ကိုင်းတိုင်း။

(၁၉-၂-၈၁)

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ ဒုတိယတွဲ

မာတိကာ

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

အခန်း (၁၅)

သုခဝဂ်

ဉာတိကလဟူပသမန ဝတ္ထု	—	၁
မာရ ဝတ္ထု	—	၆
ကောသလရညော ပရာဇယ ဝတ္ထု	—	၈
အညတရကုလဒါရိကာ ဝတ္ထု	—	၁၀
ဧကေဉပါသက ဝတ္ထု	—	၁၂
ပသေနဒီကောသလ ဝတ္ထု	—	၁၄
တိဿတ္ထေရ ဝတ္ထု	—	၁၆
သက္က ဝတ္ထု	—	၃၈

အခန်း (၁၆) .

ပိယဝဂ်

တယောဇနပဗ္ဗဇိတ ဝတ္ထု	—	၂၅
အညတရကုဋ္ဌမ္ပိက ဝတ္ထု	—	၂၆
ဝိသာခါ ဝတ္ထု	—	၃၁
လိစ္ဆဝီ ဝတ္ထု	—	၃၃
အနိတ္တိဂန္ဓကုမာရ ဝတ္ထု	—	၃၅
အညတရဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု	—	၃၇
ပဉ္စသတဒါရက ဝတ္ထု	—	၄၆
ဧကအနာဂါမိတ္ထေရ ဝတ္ထု	—	၄၁
နန္ဒိယ ဝတ္ထု	—	၄၃

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

အခန်း (၁၇)

ကောမ္မဝင်္ဂ

ရောဟိနီတ္ထိယကညာ ဝတ္ထု	၄၆
အညတရဘိက္ခု ဝတ္ထု	၄၈
ဥတ္တရာဥပါသိကာ ဝတ္ထု	၅၀
ဟောမောဂ္ဂလ္လာနပဉ္စ ဝတ္ထု	၅၂
ဗုဒ္ဓပိတုပြာဟူဏ ဝတ္ထု	၅၄
ပုဏ္ဏဒါယိ ဝတ္ထု	၅၆
အတုလဥပါသက ဝတ္ထု	၅၈
ဆဗ္ဗဂ္ဂိယ ဝတ္ထု	၆၂

အခန်း (၁၈)

လေဝဂ်

ဂေါဗာတကပုတ္တ ဝတ္ထု	၆၈
အညတရပြာဟူဏ ဝတ္ထု	၇၄
တိဿတ္ထေရ ဝတ္ထု	၇၆
လာဠုဒါယိ ဝတ္ထု	၇၈
အညတရကုလပုတ္တ ဝတ္ထု	၈၀
စူဠသာရိဘိက္ခု ဝတ္ထု	၈၃
ပဉ္စဥပါသကာ ဝတ္ထု	၈၆
တိဿဒဟရ ဝတ္ထု	၉၀
ပဉ္စဥပါသကာ ဝတ္ထု	၉၃
ဧဇ္ဇေကသေဋ္ဌိ ဝတ္ထု	၉၅
ဥဇ္ဈာနသညိတ္ထေရ ဝတ္ထု	၉၇
သုဘဒ္ဒပရိဗ္ဗာဇက ဝတ္ထု	၉၉

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

အခန်း (၁၉)

ဓမ္မဋ္ဌဝဂ်

ဝိနိစ္ဆယမဟာမတ္တ ဝတ္ထု		၁၀၂
ဓာဗ္ဗဂီယ ဝတ္ထု		၁၀၆
ကျေဒါနီဇာသဝ ဝတ္ထု		၁၀၈
လက္ခဏာဘဒ္ဒိယဇောရ ဝတ္ထု		၁၁၀
သမ္ပဟုလဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၁၄
ဟတ္ထက ဝတ္ထု		၁၁၇
အညဘရုဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု		၁၂၀
တိတ္ထိယ ဝတ္ထု		၁၂၃
ဗာလိသိက ဝတ္ထု		၁၂၆
သမ္ပဟုလသိလာဒိသမ္ပန္နဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၂၈

အခန်း (၂၀)

မဂ္ဂဝဂ်

ပဉ္စသတဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၃၁
လက္ခဏ ဝတ္ထု		၁၃၆
ပဓာနကမ္မိကတိဿတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၄၁
သူကရပေတ ဝတ္ထု		၁၄၃
ပေါဋ္ဌိလတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၄၅
ပဉ္စမဟလ္လကဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၄၇
သုဝဏ္ဏကာရတ္ထေရ ဝတ္ထု		၁၅၀
မဟာဓနပါဏိဇ ဝတ္ထု		၁၅၂
ကိဿာဂေါတမိ ဝတ္ထု		၁၅၄
ဇောစာရာ ဝတ္ထု		၁၅၆

အကြောင်းတရား

စာမျက်နှာ

အခန်း (၂၁)

ပကိဏ္ဍကဝဂ်

မေတ္တနောပုဗ္ဗကပ္ပ ဝတ္ထု		၁၅၉
ကုက္ကုဒ္ဓဏ္ဍခါဒိကာ ဝတ္ထု		၁၆၂
ဘဒ္ဒိယာနံ ဘိက္ခုနံ ဝတ္ထု		၁၆၄
လက္ခဏာဘဒ္ဒိယ ဝတ္ထု		၁၆၇
ဒါရုဿကဋ္ဌိကပ္ပတ္တ ဝတ္ထု		၁၇၀
ဝဇ္ဇိပုတ္တကဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၇၇
စိတ္တဂဟပတိ ဝတ္ထု		၁၇၉
စူဠသုဘဒ္ဒါ ဝတ္ထု		၁၈၁
ကောဝိဟာရိတ္ထရ ဝတ္ထု		၁၈၃

အခန်း (၂၂)

နိရယဝဂ်

သုန္ဒရီပရိဗ္ဗာဇိကာ ဝတ္ထု		၁၈၅
ဒုစရိတဖလပိဋိတ ဝတ္ထု		၁၈၇
ဝဂ္ဂုမုဒါတိရိယဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၈၉
ခေမကသေဋ္ဌိပုတ္တ ဝတ္ထု		၁၉၁
ဒုဗ္ဗစဘိက္ခု ဝတ္ထု		၁၉၅
ဣဿာပကတဗျတ္တိ ဝတ္ထု		၁၉၉
သမ္ပဟုလဘိက္ခု ဝတ္ထု		၂၀၁
နိဂဏ္ဌ ဝတ္ထု		၂၀၃
တိတ္ထိယသာဝက ဝတ္ထု		၂၀၆

အခန်း (၂၃)

နာဂဝဂ်

အတ္တဒန္တ ဝတ္ထု		၂၀၉
ဟတ္ထာစရိယ ပုဗ္ဗကဘိက္ခု ဝတ္ထု		၂၁၃

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ-(၃)-ခ

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
ပရိဗ္ဗိဇ္ဈာန်ပြာဟုဏ ဝတ္ထု	၂၁၅
ပသေနိကောသလ ဝတ္ထု	၂၁၇
သာနုသာမဏေရ ဝတ္ထု	၂၁၉
ပါဝေယျက် ဟတ္ထိ ဝတ္ထု	၂၂၁
သမ္ပဟုလဘိက္ခု ဝတ္ထု	၂၂၃
မာရ ဝတ္ထု	၂၂၇

အခန်း (၂၄)

တကျာဝဂ်

ကပိလမစ္ဆ ဝတ္ထု	၂၃၁
သုကရပေါတိကာ ဝတ္ထု	၂၃၉
ဝိဗ္ဗန္တဘိက္ခု ဝတ္ထု	၂၄၀
ဗန္ဓနာဂါရ ဝတ္ထု	၂၅၀
ခေမာထေရီ ဝတ္ထု	၂၅၁
ဥဂ္ဂသေန ဝတ္ထု	၂၅၅
စူဠဓနုဂဟ ဝတ္ထု	၂၅၇
မာရ ဝတ္ထု	၂၆၀
ဥပကာဇီဝက ဝတ္ထု	၂၆၃
သက္ကပဉ္စရာဇ ဝတ္ထု	၂၆၅
အပ္ပတ္တကသေဋ္ဌိ ဝတ္ထု	၂၆၇
အင်္ဂါရ ဝတ္ထု	၂၆၉

အခန်း (၂၅)

ဘိက္ခုဝဂ်

ပဉ္စသတဘိက္ခု ဝတ္ထု	၂၇၄
ဟံသဃာတကဘိက္ခု ဝတ္ထု	၂၇၇
ကောကာလိက ဝတ္ထု	၂၇၉

အကြောင်းအရာ

စာမျက်နှာ

ဓမ္မာရာမတ္ထေရ ဝတ္ထု		၂၀၁
ဝိပက္ခသေဝကဘိက္ခု ဝတ္ထု		၂၀၃
ပဉ္စဂ္ဂဒါယကဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု		၂၀၅
သမ္မဟုလဘိက္ခု ဝတ္ထု		၂၀၇
ပဉ္စသတဘိက္ခု ဝတ္ထု		၂၉၉
သန္တကာယတ္ထေရ ဝတ္ထု	—	၃၀၁
နဂ်လကုလတ္ထေရ ဝတ္ထု		၃၀၃
ဝဏ္ဏလိတ္ထေရ ဝတ္ထု	—	၃၀၆
သုမနသာမဏေရ ဝတ္ထု	—	၃၀၈

အခန်း (၂၆)

ဗြာဟ္မဏဝဂ်

ပသာဒဗဟုလ ဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု		၃၁၀
သမ္မဟုလဘိက္ခု ဝတ္ထု		၃၁၂
မာရ ဝတ္ထု		၃၁၄
အညတရဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု		၃၁၆
ဓာနန္ဒတ္ထေရ ဝတ္ထု		၃၁၈
အညတရဗြာဟ္မဏပဗ္ဗဇိ ဝတ္ထု	—	၃၂၀
သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု		၃၂၂
မဟာပဇာပတိဂေါတမိ ဝတ္ထု		၃၂၆
သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု		၃၂၈
ဇဋ္ဌိလဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု		၃၃၀
ကုဟကဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု		၃၃၂
ကိသာဂေါတမိ ဝတ္ထု		၃၃၄
ကေဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု	—	၃၃၆
ဥဂ္ဂသေနသေဋ္ဌိပုတ္တ ဝတ္ထု		၃၃၈
ရွှေဗြာဟ္မဏဝတ္ထု		၃၄၀

အကြောင်းအရာ	စာမျက်နှာ
အက္ခရာသကဘာရဒ္ဒါဇ ဝတ္ထု	 ၃၄၂
သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၄၄
ဥပ္ပလဝဏ္ဏာထေရီ ဝတ္ထု	 ၃၄၆
အညတရဋ္ဌာဟူဏ ဝတ္ထု	 ၃၄၈
ဓမ္မဘိက္ခုနီ ဝတ္ထု	— ၃၅၀
ပဗ္ဗာရဝါသီတိယတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၅၂
အညတရဘိက္ခု ဝတ္ထု	— ၃၅၄
သာမဏေရာနံ ဝတ္ထု	 ၃၅၆
မဟာပန္နကတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၅၈
ပိလိန္ဒဝစ္ဆတ္ထေရ ဝတ္ထု	— ၃၆၀
အညတရတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၆၂
သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၆၄
မဟာမောဂ္ဂလ္လာနတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၆၆
ရေဝတတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၆၈
စန္ဒာဘတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၇၀
သီဝလိတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၇၂
သုန္ဒရသမုဒ္ဒတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၇၄
ဇဋ္ဌိလတ္ထေရ ဝတ္ထု	— ၃၇၆
ဇောတိကတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၇၇
နဋ္ဌပုတ္တကတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၇၈
ကေနဋ္ဌပုတ္တကတ္ထေရ ဝတ္ထု	 ၃၈၀
ဝင်္ဂီသဋ္ဌာဟူဏ ဝတ္ထု	 ၃၈၂
ဓမ္မဒိန္နာထေရီ ဝတ္ထု	— ၃၈၅
အင်္ဂုလိမာဏ ဝတ္ထု	 ၃၈၆
ပေဒေဟိတဋ္ဌာဟူဏ ဝတ္ထု	— ၃၈၉
နိဂမာဂါယာ	 ၃၉၃

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း ၁၅။

သုခဝဂ်-ချမ်းသာခြင်းအုပ်စု

၁၅၆။ ဉာတိကလဟဝူပသမနဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သက္ကတိုင်း၌ သီကင်းသုံးနေတော်မူသော အခါ ကပိလဝတ်ပြည်နှင့် ကောလိယပြည်အကြား ရောဟိနီမြစ်ရေ အတွက် လုယက်ကြကုန်သော လယ်လုပ်သားတို့၏ ငြင်းခုံခြင်းကို

၁၉၇။ သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ၊
ဝေရိနေသု အဝေရိနော။
ဝေရိနေသု မနုဿေသု၊
ဝိဟရာမ အဝေရိနော။

အနက်—

ဝေရိနေသု၊ တွင်းပနှစ်တန် ရန်ရှိကုန်သော သူတို့ထဲတွင်။
အဝေရိနော၊ တွင်းပနှစ်တန် သေးရန်ကင်းကွာကုန်သည်ဖြစ်၍။
မယံ၊ ငါတို့သည်။ သုသုခံ၊ ဆယ်က်ထူးချွန် အလွန်ချမ်းသာ
စွာ။ ဇီဝါမဝတ၊ ဇီဝိတိန္ဒြေ တည်နေမပျက် အသက်ရှည်ပေကုန်
၏တကား။ မနုဿေသု၊ လူတို့သည်။ ဝေရိနေသု၊ ရန်ရှိနေ
ကုန်စဉ်။ အဝေရိနော၊ ရန်ကင်းကုန်သည်ဖြစ်၍။ မယံ၊ ငါတို့
သည်။ ဝိဟရာမ၊ နေကြရပေကုန်၏။ (ဝါ၊ နေကြပါကုန်စို့။)

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ-(၃)-၁

အစပြု၍ ခိုက်ရန်ကြီးစွာ ပြုကြကုန်သော ဆွေစောင့် မျိုးတော်တို့ကို
ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ ” စသော သုံးဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၁၉၇။ ရန်ရှိသူတိုင်း	ဘေးကင်းရန်ကွာ၊
ချမ်းသာပွားလျက်	အသက်ရှည်ကြာ၊
လူတို့မှာကား	ရန်ပွားစဉ်ခါ၊
ရန်ကင်းလို့	ငါတို့နေကြမှာ။

197. Ah, happily do we live without hate amongst
the hateful; amidst hateful men we dwell unhating.

စကားပြေ။ “အား...ရန်ရှိကုန်သော သူတို့ထဲတွင် ရန်ကင်းကုန်သည်
ဖြစ်၍ ငါတို့သည် အလွန်ချမ်းသာစွာ အသက်ရှည်
ကြာ နေထိုင်ကြပါကုန်၏တကား။ လူတို့သည် ရန်ရှိနေစဉ် ရန်ကင်း
ကုန်လျက် ငါတို့နေကြကုန်၏။”

hateful
amidst
dwell

ရန်ငြိုးထားသော၊ မုန်းထားသော (ရန်သူ)
အလယ်တွင်၊ အထဲ၌
နေထိုင်သည်

၁၉၈။ သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ၊

အာတုရေသု အနာတုရာ။

အာတုရေသု မနုဿေသု၊

ဝိဟရာမ အနာတုရာ။

အနက်—

အာတုရေသု၊ ဆယ်ကိလေသာ အနာတုရေသု လူတို့ထဲတွင်။
အနာတုရာ၊ ကိလေသာဆိုး အနာတုရေသု ကင်းစင် ကုန်သည်ဖြစ်၍။
မယံ၊ ငါတို့သည်။ သုသုခံ၊ ဆထက်ထူးချွန် အလွန်ချမ်းသာစွာ။
ဇီဝါမ ဝတ၊ ဇီဝိတိန္ဒြေ တည်နေမပျက် အသက်ရှည်ပေကုန်၏
တကား။ မနုဿေသု၊ လူတို့သည်။ အာတုရေသု၊ ကိလေသာမျိုး
အနာဆိုးတို့ ထိုးကျင်ကုန်စဉ်ပင်။ (တနည်း၊ အာတုရေသု၊
ကိလေသာမျိုး အနာဆိုးတို့ ထိုးကျင်ကုန်သော။ မနုဿေသု၊
လူတို့ထဲတွင်။) မယံ၊ ငါတို့သည်။ အနာတုရာ၊ ကိလေသာမျိုး
အနာဆိုးတို့ မထိုးကျင်ကုန်မူ၍။ ဝိဟရာမ၊ နေကြရ ပေကုန်၏။
(ဝါ၊ နေကြပါကုန်စို့။)

မြန်မာကဗျာ

၁၉၈။ နာကျင်သွားတိုင်း နာခြင်းကင်းကွာ၊
ချမ်းသာပွားလျက် အသက်ရှည်ကြာ၊
လူတို့မှာကား နာပွားစဉ်ခါ၊
နာမူကင်း နေခြင်းငါတို့မှာ။

198. Ah, happily do we live in good health amongst the ailing; amidst ailing men we dwell in good health.

ailing	နာကျင်သော၊ ရောဂါဝေဒနာစွဲကပ်နေသော
amongst ailing	ကိလေသာဖြင့် နာကျင်သူတို့ထဲတွင်
in good health	ကိလေသာနာကျင်ခြင်းကင်းကုန်သည်ဖြစ်၍ (ကောင်းသော ကျန်းမာခြင်းဖြင့်)

စကားပြေ။ ။အား....(ကိလေသာဖြင့်) ကျင်နာသူတို့ထဲတွင် (ကိလေ
သာဖြင့်) ကျင်နာခြင်း ကင်းကုန်သည်ဖြစ်၍ ချမ်းသာ
စွာ အသက်ရှည်ကြာ နေထိုင်ကြပါ ကုန်၏တကား။ လူတို့သည် ကိလေ
သာဖြင့် နာကျင်ကုန်စဉ် ကိလေသာဖြင့် ကျင်နာကင်းဝေး အေးအေး
သာယာ နေကြပါကုန်၏။

၁၉၉။ သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ၊

ဥဿုကေသု အနုဿုကာ။

ဥဿုကေသု မနုဿေသု၊

ဝိဟရာမ အနုဿုကာ။

အနက်—

ဥဿုကေသု၊ ငါးပါးကာမဂုဏ် အာရုံပွားစီး ရှာမှီး
ကြောင့်ကြ လုံ့လပြုကုန်သော သူတို့ထဲတွင်။ အနုဿုကာ၊
ငါးပါးကာမဂုဏ် အာရုံပျက်ပြုန်း လုံ့လကင်းကုန်သည်ဖြစ်၍။
မယံ၊ ငါတို့သည်။ သုသုခံ၊ ဆထက်ထူးချွန် အလွန်ချမ်းသာစွာ။
ဇီဝါမ ဝတ၊ ဇီဝိတိန္ဒြေ တည်နေမပျက် အသက်ရှည်ပေကုန်၏
တကား။ မနုဿေသု၊ လူတို့သည်။ ဥဿုကေသု၊ ငါးပါးကာမဂုဏ်
အာရုံပွားစီး ရှာမှီးကြောင့်ကြ လုံ့လပြုကုန်စဉ်။ (တနည်း ...
ဥဿုကေသု၊ ငါးပါးကာမဂုဏ် အာရုံပွားစီး ရှာမှီးကြောင့်ကြ
လုံ့လပြုကုန်သော။ မနုဿေသု၊ လူတို့ထဲတွင်။) အနုဿုကာ၊
ကာမဂုဏ်၌ လုံ့လထုတ်ခြင်း ကင်းကုန်လျက်။ မယံ၊ ငါတို့
သည်။ ဝိဟရာမ၊ နေကြရပေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၁၉၉။ ကြောင့်ကြသူတိုင်း ကြောင့်ကြကင်းကွာ၊
 ချမ်းသာပွားလျက် အသက်ရှည်ကြာ၊
 ကာမဂုဏ်လိုက် လူမှိုက်များစွာ၊
 မလိုက်စား တို့များနေကြမှာ။

၁၉၉. Ah, happily do we live without yearning (for sensual pleasures) amongst those who yearn (for them); amidst those who yearn (for them) we dwell without yearning.

စကားပြေ။ ။ အား....လောကီအာရုံ ကာမဂုဏ်များအတွက် ရှာမှီး
 ကြောင့်ကြ လုံ့လပြုကုန်သော သူတို့ထဲတွင် လောကီ
 အာရုံ ကာမဂုဏ်အတွက် ရှာမှီးကြောင့်ကြ ကင်းကုန်ကြလျက် အသက်
 ရှည်ကြာ ချမ်းသာစွာ နေကြပါကုန်၏တကား။ ကာမဂုဏ်အတွက်
 ကြောင့်ကြသော သူတို့ထဲတွင် ကာမဂုဏ်ကို ရှာမှီးကြောင့်ကြ မရှိကြ
 ပဲ ငါတို့နေကြကုန်၏။

without yearning ကြောင့်ကြမှု (တောင့်တမှု) မရှိပဲ
 for sensual pleasures လောကီအာရုံ, ကာမဂုဏ်များအတွက်

၁၅၇။ မာရဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ပဉ္စဘသပုဏ္ဏားရွာ၌ ဆွမ်းခံဝင်သည်
ရှိသော် မာရ်နတ်လှည့်ပတ်သောကြောင့် တစိုးတစိသောဆွမ်းကိုမျှ
မရ မာရ်နတ်သည်လည်း လမ်းခရီး၌ ကြိုဆီး၍ အရှင်ဘုရား....ဆွမ်း
မရသောကြောင့် ပင်ပန်းတော်မူသလောဟု လျှောက်၏။ ထိုသို့
လျှောက်ရာတွင် “သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ(လ)ဒေဝါ အာဘဿရာယထာ”

၅၀၀။ သုသုခံ ဝတ ဇီဝါမ၊

ယေသံ နော နတ္ထိ ကိဉ္ဇနံ။

ပီတိဘက္ခာ ဘဝိဿာမ၊

ဒေဝါ အာဘဿရာ ယထာ။

အနက်—

ယေသံ နော၊ အကြင်ငါတို့ ဘုရားမြတ်တို့မှာ။ ကိဉ္ဇနံ၊
ကာမဂုဏ်အတွက် နှစ်သက်တောင့်တ ကြောင့်ကြံ့မူသည်။ နတ္ထိ၊
တစိုးတစိ ဘာမှမရှိတော့ချေ။ တေ မယံ၊ ထို လောကထွတ်ထား
ငါတို့ ဘုရားတို့သည်။ သုသုခံ၊ တိုင်းထက်ထူးချွန် အလွန်ချမ်းသာ
စွာ။ ဇီဝါမ ဝတ၊ ရူပကာယ မျှတမြင့်တည် အသက်ရှည်ကုန်၏
တကား။ အာဘဿရာ၊ (အရောင်လျှပ်လျှပ်) အာဘဿရ
ဘုံ၌ ဖြစ်ကုန်သော။ ဒေဝါ၊ ဗြဟ္မာတို့သည်။ ပီတိဘက္ခာ၊
နှစ်သက်အင်ပြည့် ပီတိလျှင် အစောရှိကုန်သည်။ ဟဝန္တိ ယထာ၊
ဖြစ်ကုန်သကဲ့သို့။ တထာ၊ ထိုအတူ။ ပီတိဘက္ခာ၊ နှစ်သက်အင်ပြည့်
ပီတိလျှင် အစောရှိကုန်သည်။ ဘဝိဿာမ၊ ဖြစ်ကုန်အံ့။

ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုခဏ၌ ရောက်လာသော သတို့သမီး
ငါးရာတို့သည် သောတာပန် တည်ကြံလေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၀။ ငါ့မှာမရှိ	တစ်စုံကိလေ၊
လွန်ချမ်းသာလျက်	အသက်ရှည်နေ၊
အာဘဿရာ	ဗြဟ္မာသို့လေ၊
နှစ်သိမ့်ငြား	အစား ရှိကုန်ပေ။

200. Ah, happily do we live, we who have no impediments; feeders of joy shall we be even as the gods of the Radiant Realm.

စကားပြေ။ ။အား....ကိလေသာဟူသော ကြောင့်ကြမှု (အဆီး
အတား) မရှိသော အကြင်ငါတို့အား၊ အာဘဿရာ
ဗြဟ္မာတို့ကဲ့သို့ နှစ်သိမ့်မှု ပီတိလျှင် အစားအစာရှိကာ ငါတို့သည်
အသက်ရှည်ကြာ ချမ်းသာစွာ နေထိုင်ကြပါကုန်၏တကား။

impediments	အဆီးအတားများ (ကြောင့်ကြမှုများ)
feeders	အစာအာဟာရများ
Radiant	တောက်ပသော

၁၅၈။ ကောသလရညော ပရာဇယ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ကောသလမင်းကြီးသည် တူတော် အဇာ
တသတ်မင်းနှင့် စစ်ထိုးရာဝယ် စစ်ရှုံး၍ နှလုံးမသာယာရှိကြောင်းကို
ရဟန်းတို့ ပြောဆိုကြသော စကားစပ်တွင် “ဇယံ ဝေရံ ပသဝတိ”
စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

၂၀၁။ ဇယံ ဝေရံ ပသဝတိ၊
ဒုက္ခံ သေတိ ပရာဇိတော။
ဥပသန္တော သုခံ သေတိ၊
ဟိတွာ ဇယပရာဇယံ။

အနက်—

ဇယံ ဇယန္တော၊ (လေးပါးသေနှင့် စစ်ကြီးဆင်၍) အောင်
မြင်သော သူသည်။ ဝေရံ၊ မျက်ကြုတ်ကိုးတန် ဖွဲ့ထားရန်ကို။
ပသဝတိ၊ တမျိုးတခြား တိုးပွားစေသည်သာလျှင်တည်း။ ပရာ-
ဇိတော၊ စစ်ကြီးပိုင်၍ မနိုင်လုံးလုံး ဆုံးရှုံးသောသူသည်။
ဒုက္ခံ၊ ဘယ်အခါမျှ ရန်သူထွက်ပြေး အောင်နိုင်ရေးကို
မြော်တွေးမြဲစွဲ ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာ။ သေတိ၊ နေရ၏။ ဥပသန္တော၊
ကိလေသာဟူ အပူခပ်သိမ်း ငြိမ်းပြီးသော ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်သည်။
ဇယပရာဇယံ၊ အပြန်အလှန် ဖန်ဖန်ပျက်ပြုန်း အောင်ခြင်း
ရှုံးခြင်းကို။ ဟိတွာ၊ မညှာမတွန့် အကုန်စွန့်၍။ သုခံ၊ ချမ်းချမ်း
သာသာ။ သေတိ၊ နေရရှာလေတော့သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၁။ အောင်မြင်သူကား ရန်များနေမှ၊
 ရှုံးသောသူလဲ ဆင်းရဲနေရှာ၊
 ကိလေသာမီး ငြိမ်းပြီးသူမှ၊
 နိုင်ရှုံးများ ပယ်ရှားလွန်ချမ်းသာ။

201. Victory breeds hatred; the defeated live in pain.
 Happily the peaceful live, giving up victory and defeat.

စကားပြေ။ ။ အောင်မြင်သောသူသည် ရန်ကိုတိုးပွားစေ၏။ ရှုံးသော
 သူသည် ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာနေရ၏။ ကိလေသာခပ်သိမ်း
 ငြိမ်းပြီးသောသူသည် အောင်ခြင်း ရှုံးခြင်းကိုစွန့်၍ အလွန်ချမ်းသာစွာ
 နေရ၏။

Victory	အောင်မြင်သောသူ
breeds	ပွားစေသည်၊ ပေါက်ပွားသည်
defeated	ရှုံးသောသူ၊ ရှုံးခြင်း
in pain	ဆင်းရဲပင်ပန်းစွာ
peaceful	ကိလေသာမီး ငြိမ်းပြီးသောသူ
giving up	စွန့်၍

၁၅၉။ အညတရ ကုလဒါရိကာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်စောော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သတို့သမီးတယောက်၏ ထိမ်းမြားမင်္ဂလာ
ပြုသောနေ့၌ သံဃာတော်နှင့်တကွ ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်ကိုပင့်၍ ဆွမ်း
ကျွေး၏။ သတို့သားသည်လည်း သတို့သမီးကို တစ်မိမိကြည့်လျက်
ကိလေသာ၏ အစွမ်းဖြင့်ကြံ၏။ ဘုရားရှင်သည် သတို့သမီး သတို့သား
တို့ကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ္ဂိ” စသော ဂါထာကို

၂၀၂။ နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ္ဂိ၊
နတ္ထိ ဒေါသသမော ကလိ။
နတ္ထိ ခန္ဓသမော ဒုက္ခာ၊
နတ္ထိ သန္တိပရံ သုခံ။

အနက်—

ရာဂသမော၊ တပ်မက်ခြင်း ရာဂနှင့်တူသော။ အဂ္ဂိ၊ မီးမည်
သည်။ နတ္ထိ၊ မရှိတော့သည်သာလျှင်တည်း။ ဒေါသသမော၊
ဒေါသနှင့်တူသော။ ကလိ၊ အပြစ်မည်သည်။ နတ္ထိ၊ မရှိတော့
သည်သာလျှင်တည်း။ ခန္ဓသမော၊ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်တူသော။ ဒုက္ခာ၊
ဆင်းရဲခြင်းမည်သည်။ နတ္ထိ၊ မရှိတော့သည်သာတည်း။ သန္တိပရံ၊
နိဗ္ဗာန်ထက်လွန်ကဲသော။ သုခံ၊ စင်စစ်မှန်စွာ ချမ်းသာ သုခ
သည်လည်း။ နတ္ထိ၊ မရှိတော့သည်သာလျှင်တည်း။

ဟောတော်မူသည်။ သမီးခင်ပွန်းနှစ်ယောက်တို့သည် သောတာပန်
တည်လေသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၂။ ရာဂတူဘိ မီး မရှိပါ၊
 ဒေါသတူလစ် ပြစ်မရှိပါ၊
 ခန္ဓာတူလဲ ဆင်းရဲမလာ၊
 နိဗ္ဗာန်ပဲ လွန်ကဲလွန်ချမ်းသာ။

202. There is no fire like lust, no crime like hate;
there is no ill like the body, no bliss higher than
Peace (Nibbāna).

ဧကားပြေ။ ။ (တက်မက်ခြင်း) ရာဂနှင့်တူသောမီးမရှိ။ (ခက်ထန်
သော) ဒေါသနှင့်တူသော အပြစ်မရှိ။ ကိုယ်ခန္ဓာနှင့်
တူသော ဆင်းရဲဒုက္ခလည်းမရှိ။ နိဗ္ဗာန်ထက်လွန်မြတ်သော ချမ်းသာခြင်း
သည် မရှိ။

lust	ရာဂ တပ်မက်ခြင်း
crime	အပြစ်
ill	ဒုက္ခ (မကောင်းသော ဖျားနာသော) မကောင်းခြင်း
higher	လွန်မြတ်သော၊ လွန်ကဲသော
bliss	ချမ်းသာစရာ
peace	ငြိမ်းစေခြင်း (နိဗ္ဗာန်)

၁၆၀။ ကေဥပါသက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် အာဇ္ဇဝီပြည်၌ သီတင်းသုံးနေတော်မူသော အခါ နွားပျောက်၍ရှာသော ဥပသကာတယောက်သည် နွားရ၍ မွတ်သိပ်ဆာလောင်သည်ဖြစ်လျက် ထမင်းမစားရဲပဲ ဟရားနာလိုသော ဆန္ဒအားကြီး၍ ဘုရားအထံတော်သို့လာ၏။ ဘုရားရှင်သည် ထို ယောက်ျားအား ထမင်းအာဟာရကို ကျွေးမွေးစေ၍ မွတ်သိပ်ခြင်း ကင်းသည်ရှိသော် တရားတော်ကို ဟောတော်မူ၏။ တရားတော်၏ အဆုံး၌ ထိုယောက်ျားသည် သောတာပန်တည်လေ၏။ ဘုရားရှင် သည် ဒါယကာကို ထမင်းကျွေးသည်ဟု ရဟန်းတို့ ကဲ့ရဲ့ကြကုန်၏။

၂၀၃။ ဇိဃစ္ဆာပရမာ ရောဂါ၊

သင်္ခါရာပရမာ ဒုခါ။

ဧတံ ဥတုာ ယထာဘူတံ၊

နိဗ္ဗာနံ ပရမံ သုခံ။

အနက်—

ဇိဃစ္ဆာ၊ ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းသည်။ ပရမာ၊ ကုစားပြုပြင် တဒင်္ဂမျှ မပယ်ချနိုင်အောင် ကြီးမားလွန်ကဲလှသော။ ရောဂါ၊ ကျင်နာနှိပ်စက် အခံခက်ရှာ အနာရောဂါမည်၏။ သင်္ခါရာ၊ ခန္ဓာငါးပါး သင်္ခါရဟရားတို့သည်။ ပရမာ၊ ကြီးမားလွန်ကဲ ကုန်သော။ ဒုခါ၊ မပြတ်ညှဉ်းဆဲ ဆင်းရဲတို့မည်ကုန်၏။ ဧတံ၊ များစွာရုံးပေါင်း ဤသို့သောအကြောင်းကို။ ယထာဘူတံ၊ ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ။ ဥတုာ၊ အမှန်ထင်ထင် သိမြင်သည်ဖြစ်၍။ ပဏှိတော၊ ကျိုးကြောင်းမြင်သိ ပညာရှိသည်။ ပရမံ သုခံ၊ လောကီအရာ ချမ်းသာတကာတို့ထက် ကဲလွန်မွတ်မြတ်သော။ နိဗ္ဗာနံ၊ တဏှာခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာမှန် ပြည်နိဗ္ဗာန်ကို။ (သစ္စိကဓရာတိ၊ မျက်မှောက်ပြုနိုင်တော့သည်သာတည်း။)

ချစ်သားတို့....ငါသည် ဤ ဒါယကာ၏ တရားထူးရကြောင်း ကားကြီး
သော မှီရာ (ဥပနိဿယ)ကို မြင်၍ ယူဇနာသုံးဆယ်ခရီးကို ကြွတော်
မူခဲ့သည်။ ထို ဒါယကာသည်လည်း မွတ်သိပ်ခြင်း နှိပ်စက်၍ တရားတော်
ကို နှလုံးမသွင်းနိုင်ရာ သောကြောင့် ဤသို့ ကျွေးမွေးသည့်ဟု မိန့်တော်
မူ၍ “ဇိဃတ္ထံ ပရမာ ရောဂါ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၃။ မွတ်သိပ်ခြင်းကား	ကြီးမားရောဂါ၊
ကြီးမားလွန်ကဲ	ဆင်းရဲခန္ဓာ၊
ကြောင်းရင်းကိုသိ	ပညာရှိမှာ၊
ချမ်းသာကဲ	ရောက်မြဲ နိဗ္ဗာန်သာ။

203. Hunger is the greatest disease, compound things the greatest ill; knowing this as it really is (the wise realize) Nibbāna, the bliss supreme.

ကားပြေ။ ။ ဆာလောင်မွတ်သိပ်ခြင်းသည် လွန်ကဲကြီးမားသော
အနာရောဂါမည်၏။ ခန္ဓာငါးပါး သင်္ခါရတရား
တို့သည် လွန်ကဲကြီးမားသော ဆင်းရဲဒုက္ခမည်၏။ ဤအကြောင်းရင်းကို
အမှန်သိ၍ ပညာရှိသည် ချမ်းသာတကတို့ထက် လွန်ကဲသော နိဗ္ဗာန်ကို
သိမြင်၏။ (မျက်မှောက်ပြုရ၏။)

disease	အနာရောဂါ၊ ရောဂါဝေဒနာ
as it really is	ဟုတ်တိုင်းမှန်စွာ

၁၆၁။ ပသေနဒီ ကောသလဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော အခါ ပသေနဒီကောသလမင်းကြီးသည် ဤသို့လျှောက်၏။ အရှင် ဘုရား တကာတော်သည် ရွှေအခါ ဆန် တစိတ်ချက် ထမင်းကိုစား၍ မနေသာ မထိုင်သာ ရောဂါဥပဒ်များ၏။ ယခုမူကား အရှင်ဘုရား ဩဝါဒဖြင့် တကွမ်းစား(တပြည်)ချက် ထမင်း အစာဖြင့် ရောင့်ရဲမျှတ သောကြောင့် ရောဂါငြိမ်းပေသည်။ ရွှေအခါ တူတော် အဇာတသတ် မင်းသားနှင့် စစ်ဘက်ရသည်။ သမီးတော် ဝဇီရကုမာရီနှင့်တကွ ကာသိကရွာကို တူတော်အား ပေးလိုက်ရာတွင် စစ်တိုက်ငြိမ်းပေသည်။ ဆွေတော်မျိုးထော်ဖြစ်သော ဝါသဘခတ္တိယမင်းသမီးကိုရ၍ ဘုရား တပည့် သံဃာတို့နှင့် အကျွမ်းတဝင် ဖြစ်ပေသည့်ဟု လျှောက်၏။ ဘုရား

၂၀၄။ အာရောဂျပရမာ လာဘာ၊

သန္တုဋ္ဌိပရမံ ဓနံ၊

ဝိဿာသပရမာ ဉာတိ၊

နိဗ္ဗာနံ ပရမံ သုခံ။

အနက်—

လာဘာ၊ လာဘ်ဟူသမျှတို့သည်။ အာရောဂျပရမာ၊ ကျန်းမာ ခြင်းလျှင် အကောင်းဆုံးရှိကုန်၏။ ဓနံ၊ ဥစ္စာဟူသမျှသည်။ သန္တု-
ဋ္ဌိပရမံ၊ ရောင့်ရဲခြင်းလျှင် အကောင်းဆုံးရှိ၏။ ဉာတိ၊ ဆွေမျိုး
ဟူသမျှသည်။ ဝိဿာသပရမာ၊ အကျွမ်းဝင်ခြင်းလျှင် အကောင်း
ဆုံးရှိ၏။ သုခံ၊ ချမ်းသာခြင်းဟူသမျှသည်။ ပရမံ၊ ထူးကဲလွန်မြတ်
သော။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်ပင်တည်း။ ဝါ၊ ပရမံ သုခံ၊ လွန်ကဲသော
ချမ်းသာကား။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်သာတည်း။

ရှင်သည် မင်းကြီးအား တရားဟောခြင်းငှါ “အာရောဂျပရမာ
လာဘာ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၄။ လာဘ်ဟူသမျှ မြတ်လှကျန်းမာ၊
ဥစ္စာမြတ်လဲ ရောင့်ရဲခြင်းသာ၊
ကျွမ်းဝင်အားကိုး ဆွေမျိုး မြတ်သာ၊
ချမ်းသာလဲ လွန်ကဲနိဗ္ဗာန်သာ။

204. Health is the highest gain; contentment is the
greatest wealth; kinsmen, are the best in whom to
trust; Nibbāna is the chiefest bliss.

စကားပြေ။ ။ လွန်ကဲသော လာဘ်ဟူသမျှတို့သည် ကျန်းမာခြင်းလျှင်
အကောင်းဆုံးရှိကုန်၏။ ဥစ္စာဟူသမျှသည် ရောင့်ရဲခြင်း
လျှင် အကောင်းဆုံးရှိ၏။ ဆွေမျိုးဟူသမျှတို့သည် အကျွမ်းဝင်ခြင်းလျှင်
အကောင်းဆုံးဖြစ်ကုန်၏။ ချမ်းသာခြင်း ဟူသမျှသည် နိဗ္ဗာန်သာ
အကောင်းဆုံး အသာဆုံးဖြစ်၏။

gain	လာဘ်လာဘ (ရရှိခြင်း)
contentment	ရောင့်ရဲတင်းတိမ်ခြင်း
kinsmen	ဆွေမျိုးသားချင်း

၁၆၂။ တိဿတ္ထေရ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေသာလီပြည်၌ နေတော်မူသောအခါ
လေးလကုန်သဖြင့် ပရိနိဗ္ဗာန်စံတော်မူအံ့ဟု အာယုသင်္ခါရ လွှတ်
တော်မူမည်ကို ကြား၍ သက်တော်ထင်ရှား ဘုရားရှိခိုက် မဂ်ဉာဏ်

၂၀၅။ ပဝိဝေကရသံ ပိတွာ၊

ရသံ ဥပသမဿ စ။

နိဗ္ဗရော ဟောတိ နိပ္ပပါပေါ၊

ဓမ္မပီတိရသံ ပိဝံ။

အနက်—

ပဝိဝေကရသဉ္စ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ ရအပ်သော မဂ်ဉာဏ်
ဖိုလ်ဉာဏ်တည်းဟူသော အရသာကို၎င်း။ ဥပသမဿ၊ ကိလေသာ
မီးတို့၏ ကင်းငြိမ်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်၏ (အာရမ္မဏ ပစ္စယ
သတ္တိတည်းဟူသော) အရသာကို၎င်း။ ပိတွာ၊ သောက်မျိုရသော
ကြောင့်။ ဓမ္မပီတိရသံ၊ တရားနှင့်ယှဉ်သော နှစ်သိမ့်မှု ပီတိ
တည်းဟူသော အရသာကို။ ပိဝံ ပိဝန္တေ၊ သောက်မျိုရသော
သူသည်။ နိဗ္ဗရော၊ ပူပန်ခပ်သိမ်း၊ ကင်းပြတ်ငြိမ်းသည်။ နိပ္ပပါပေါ၊
ယုတ်မာညစ်ကျူ မကောင်းမှုကင်းစင်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ဖိုလ်ဉာဏ်ကို ရလိုက်အောင် ကျင့်အံ့ဟု အားထုတ်သော တိဿမထေရ်
ကို အကြောင်းပြု၍ “ပဝိဝေကရသံ ပိတုာ” စသော ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၅။ ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌	ရထိုက်လှစွာ၊
မဂ်ဖိုလ်အေးမြ	ဓမ္မရသာ၊
နှစ်သိမ့်အားရ	သောက်ရသူမှာ၊
ဆင်းရဲခြင်း	ပြစ်ကင်းလွန်ချမ်းသာ။

205. Having tasted the flavour of seclusion and the
flavour of Nibbāna's Peace, woeless and stainless
becomes he, drinking the taste of the joy of the
Dhamma.

စကားပြေ။ ။ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ရအပ်သော မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်တည်းဟူ
သော အရသာကို၎င်း၊ ကိလေသာဟူ အပူခပ်သိမ်း
ကင်းငြိမ်းရာ နိဗ္ဗာန်၏(အာရမ္မဏသတ္တိအာရုံပြုခြင်း တည်းဟူသော)အရ
သာကို၎င်း၊ သောက်သုံးရသောကြောင့် တရားတော်၏ နှစ်သိမ့်ချမ်းသာ
မြှိုက်ရသာကို သောက်သုံးရသောသူသည် ဆင်းရဲပူပန်မှုနှင့် မကောင်းမှု
မှ ကင်းဝေးကာ ချမ်းသာအေးမြလေ၏။

flavour	အရသာ၊ အနံ့အရသာ (မွေးကြိုင်သောအနံ့)
woeless	ပူပန်ခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းသော၊ ခြင်း
stainless	မကောင်းမှုမှကင်းခြင်း၊ ကင်းသော

၁၆၃။ သက္က ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ပေဠုဝရွာ၌ နေတော်မူသောအခါ အယု
သင်္ခါရကို လွှတ်တော်မူပြီးနောက် ဝမ်းသွေးသွန်သောအနာကပ်ရောက်
လေ၏။ သိကြားမင်းသည် သူနာပြုခြင်းငှါ မဏင်ရှားသောအသွင်ဖြင့်
လာ၍ ခြေတော်ကို ဆုပ်နယ်၏။ အသွန်ညှိုးဟုမေးတော်မူသောအခါ
အကျွန်ုပ်သိကြားပါဘုရားဟု လျှောက်၏။ သိကြားမင်း.....နတ်တို့
သည်ကား ယူဇနာတရာကပင် လူတို့အနံ့အငွေ့ကိုမခံနိုင်။ စက်ဆုပ်

၂၀၆။ သာဟု ဒဿနမရိယာနံ၊
သန္နိဝါသော သဒါ သုခေါ။
အဒဿနေန ဗာလာနံ၊
နိစ္စမေဝ သုခိ သိယာ။

အနက်—

အရိယာနံ၊ အရိယာသုတော်ကောင်းတို့ကို။ ဒဿနံ၊ ဖူးမြင်
ရခြင်းသည်။ သာဟု၊ ခုရော နောင်ပါ သံသရာ၌ ချမ်းသာအကျိုး
တိုးပွားရာအကြောင်းဖြင့် ကောင်းလှပါပေ၏။ သန္နိဝါသော၊
သုတော်ကောင်းတို့နှင့် ပေါင်းသင်းရခြင်းသည်။ သဒါ၊ အခါ
ခပ်သိမ်း။ သုခေါ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ လွန်ချမ်းသာ၏။ ဗာလာနံ၊
လူမိုက်တို့ကို။ အဒဿနေန၊ မတွေ့မြင်ရခြင်းကြောင့်။ နိစ္စမေဝ၊
အမြဲသာလျှင်။ သုခိ၊ ကိုယ်စိတ်နှစ်ဖြာ လွန်ချမ်းသာသည်။
သိယာ၊ ဖြစ်ရာ၏။

ဖွယ်ရှိ၏။ ငါ့အားအလုပ်အကျွေး ရဟန်းများစွာရှိ၏ နတ်ရွာသို့

မြန်မာကဗျာ

၂၀၆။ အရိယာရှင် ဖူးမြင်ရတာ၊
 ကောင်းမြတ်သည်ပ ပေါင်းရချမ်းသာ၊
 လူမိုက်အသင်း မြင်ခြင်းကင်းကွာ၊
 အမြဲပ အေးမြလွန်ချမ်းသာ။

206. Good is the sight of Ariyas: their company is ever happy; by not seeing fools one may ever be happy.

စကားပြေ။ ။အရိယာ သူတော်ကောင်းတို့ကို ဖူးမြင်ရခြင်းသည်
 ကောင်း၏။အရိယာ သူတော်သူမြတ်ပျံ့နှင့် ပေါင်းသင်း
 ရခြင်းသည် အခါခပ်သိမ်း ချမ်းငြိမ်း၏။လူမိုက်တို့ကိုမကြုံကြိုက် မတွေ့
 မြင်ခြင်းဖြင့် အမြဲချမ်းသာ၏။

the sight of Ariyas	အရိယာတို့ကို ဖူးမြင်ရခြင်း
company	ပေါင်းသင်းရခြင်း (အပါအဝင်ဖြစ်ခြင်း)
by not seeing	လူမိုက်တို့ကို မမြင်ရခြင်း
may ever be happy	အမြဲချမ်းသာလိမ့်မည်

ပြန်လေတော့ဟု မိန့်တော်မူသည်။ အရှင်ဘုရား....သီလတည်းဟူသော

ဓီရောဝ သုခသံဝါသော၊
ညာတီနံ ဝ သမာဂမော။
တသ္မာ ဟိ ဓီရံ ပညဉ္စ၊
ဗဟုဿုတဉ္စ ဓောရယျံ။

သီလဓူတဝတမရိယံ၊
တံ တာဒိသံ သပ္ပုရိသံ။
သုခမေဓံ ဘဇေယျာထ၊
နက္ခတ္တပထံ ဝ စန္ဒိမာ။^၁

အနက်—

ဓီရောဝ၊ ပညာရှိသည်သာလျှင်။ သုခသံဝါသော၊ ကိုယ်စိတ်
နှစ်ဖြာ ချမ်းသာသော အပေါင်းအဖော်ဖြစ်၏။ ကိမိဝ၊ ဥပမာ
ပုံဆို အယ်လိုပါနည်းမူကား။ ညာတီနံ၊ အဆွေအမျိုးတို့နှင့်။
သမာဂမော ဣဝ၊ အတူတကွ အကြောင်းမျှ၍ ပေါင်းဖော်
ရသကဲ့သို့တည်း။ တသ္မာ ဟိ တသ္မာဝေ၊ ထို့ကြောင့်သာလျှင်။
ဓီရဉ္စ၊ တည်လည်း တည်ကြည်သော။ ပညဉ္စ၊ လောကီလောကုတ္တရာ
ပညာလည်းရှိသော။ ဗဟုဿုတဉ္စ၊ အကြားအမြင်လည်းများသော။
ဓောရယျဉ္စ၊ မဂ်ဖိုလ်တည်းဟူသော ဝဋ်ကိုလည်း ဆောင်လေ့
ရှိသော။

သီလဓူတဝတံ၊ သီလဓူတင် ဖြူစင်သောအကျင့်ရှိသော။
အရိယံ၊ မြတ်သော။ တံ တာဒိသံ၊ လိုသို့သဘောရှိသော။
သုခမေဓံ၊ ကောင်းသော ပညာရှိသော။ သပ္ပုရိသံ၊ သူတော်
ကောင်းကိုသာ။ စန္ဒိမာ၊ လမ်းသည်။ နက္ခတ္တပထံ၊ နက္ခတ်
တာရာတို့၏သွားရာ ကောင်းကင်ခရီးကို။ ဘဇတိ ဣပ၊ ချဉ်းကပ်
သကဲ့သို့။ ဘဇေယျာထ၊ အမြဲမပြတ်မှီဝဲဆည်းကပ်ကုန်ရာ၏။

၁။ အထက်ပါ ၂-ဂါထာသည် ဆဋ္ဌမူ ဓမ္မပဒပါဠိ၌ မရှိ။

ရှင်သည် မစင်အိုးကို နံ့သာအိုးကဲ့သို့ ဦးခေါင်းပေါ်ထက်တင်၍
လုပ်ကျွေးလျက် ရောဂါပျောက်မှု ပြန်လေ၏။ ဤအကြောင်းကို

ခောရယံ၊ အရဟတ္တဖိုလ်တည်းဟူသောဝန်ကို ဆောင်သည်လည်း
 ဖြစ်သော။ သီလံဝတဝန္တံ၊ သီလဖြူစင်၊ စတင်အကျင့်လည်းရှိသော။
 အရိယံ၊ ဖြူစင်သော။ တံတာဒိသံ၊ ထိုသို့သဘောရှိသော။ သုမေဓံ၊
 ကောင်းသောပညာရှိသော။ သပ္ပုရိသံ၊ သူတော်ကောင်းကို။
 စန္ဒိမာ၊ လမ်းသည်။ နက္ခတ္တပထံ၊ နက္ခတ်သွားရာ ကောင်းကင်
 ခရီးကို။ ဘဇတိဗ္ဗဝ၊ ကပ်သကဲ့သို့။ ဘဇေထ၊ မှီဝဲသည်။ ကပ်ရာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၇။ ပညာတော်ရှိ
ဆွေမျိုးသားချင်း
ထိုကြောင့်တည်ကြည်
ကြားမြင်များ
ပေါင်းတိချမ်းသာ၊
ပေါင်းသင်းပမာ၊
ပွားစည်ပညာ၊
ဆောင်ငြားမဂ်ဖိုလ်သာ။

၂၀၈။ သီလဖြူစင် ဓူတင်လေ့လာ၊
ရိယာသုမြတ် လှူတတ်ကိုသာ၊
ကောင်းကင်ကပ်ချဉ်း လမင်းပမာ၊
ခါမစဲ မှီဝဲဆည်းကပ်ပါ။

+ എഴുതുക : എഴുതുക : എഴുതുക : എഴുതുക ,
എഴുതുക : എഴുതുക : എഴുതുക : എഴുതുക ,
എഴുതുക : എഴുതുക : എഴുതുക : എഴുതുക ,
എഴുതുക : എഴുതുക : എഴുതുക : എഴുതുക .

ရဟန်းတို့ ချီးမွမ်းအံ့သြ၍ ပြောဆိုကြရာတွင် “သာဟု ဒဿနမရိယာနံ” စသော လေးဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

207. Truly, he who moves in company with fools grieves for a long time; association with fools is ever painful as with a foe. Happy is association with the wise, even like meeting with kinsfolk.

208. With the intelligent, the wise, the learned, the devout, the dutiful and the Ariya—with such a virtuous, intellectual man should one associate, as the moon follows its course among the stars.

moves	လှည့်လည်သည်၊ ဖွေရှာသည်
in company	ပေါင်းဖော်ယှဉ်တွဲ၍
for a long time	ရှည်မြင့်စွာသော ကာလပတ်လုံး
association	အတူတကွနေခြင်း၊ ပေါင်းသင်းခြင်း
with a foe	ရန်သူနှင့်
intelligent	(ဓိရ)တည်ကြည်သော၊ သွက်လက်သော ပညာ
learned	အကြားအမြင်များသော၊ သင်ကြားဆည်းပူးပြီးသော
dutiful	ဝတ္တရားကျေပွန်သော၊ (ခူတင်အကျင့်ရှိသော)
Ariya,	မြတ်သော
such	ထိုသို့သဘောရှိသော
virtuous	သီလရှိသော
intellectual	အသိဉာဏ်မြင့်မားသော
intellectual man	ပညာရှိသူတော်ကောင်း

စကားပြေ။ ။လူမိုက်နှင့် ပေါင်းဖော် ယှဉ်တွဲ၍ လှည့်လည်နေသော
 သူသည် ရှည်မြင့်စွာသော ကာလပတ်လုံး စိုးရိမ်ရ၏။
 လူမိုက်နှင့် ဆက်ဆံပေါင်းသင်း အတူတကွနေရခြင်းသည် ရန်သူနှင့်
 အတူတကွ ပေါင်းသင်းနေထိုင်ရသကဲ့သို့ အခါမစဲ ဆင်းရဲပူပန်ရ၏။
 ပညာရှိနှင့် ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရခြင်းသည် ဆွေမျိုး အရင်းအချာတို့နှင့်
 ပေါင်းသင်းဆက်ဆံရသကဲ့သို့ ချမ်းသာ၏။

ထို့ကြောင့် သာလျှင် တည်လည်း တည်ကြည်သော အကြား
 အမြင်လည်းများသော မဂ်ဖိုလ်ဝန်ကိုဆောင်လေ့ရှိသော သီလဓူတင်
 ဖြူစင်သော အကျင့်ရှိသော ထိုသို့သဘောရှိသော မြတ်သော ပညာရှိ
 သူတော်ကောင်းကိုသာ လသည် နက္ခတ်တာရာတို့၏သွားရာ ကောင်းကင်
 ခရီးကို ချဉ်းကပ်သကဲ့သို့ မှီဝဲသည်ကပ်ရာ၏။

သုခဝဂ် - ချမ်းသာခြင်း အုပ်စုပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း ၁၆။

ပိယဝဂ်-ချစ်ခြင်းအုပ်စု

၁၆၄။ ဟယောဇန ပဗ္ဗဇိတ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဗေဟဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ(ဂေဟသိကာပေမ)ဖြင့် မခွဲနိုင် မခွဲရက်အောင်

၂၀၉။ အယောဂေ ယုဉ္ဇေ'မတ္တာနံ၊
ယောဂသ္မိဉ္စ အယောဇယံ။
အတ္ထံ ဟိတွာ ပိယဂ္ဂါဟီ၊
ပိဟေတ'တ္တာနုယောဂိနံ။

အနက်—

အယောဂေ၊ အားမထုတ်ထိုက်သော(ဝေသီဂေါစရစသော)
အရာ၌။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်တိုင်။ ယုဉ္ဇေ ယုဉ္ဇန္တော၊ အားစိုက်
ထုတ်သည်ဖြစ်၍။ ယောဂသ္မိဉ္စ စ၊ အားထုတ်သင့် နှလုံးသွင်းသင့်
သော အရာ၌လည်း။ အယောဇယံ အယောဇယန္တော၊
အားမထုတ်သည်ဖြစ်၍။ အတ္ထံ၊ (အဓိသီလ စသည်သုံးပါး)
ကိုယ်ကျိုး ကိုယ်စီးပွားကို။ ဟိတွာ၊ စွန့်ပစ်လျက်။ ပိယဂ္ဂါဟီ၊
ချစ်သူကိုသာ မြတ်နိုးကာ စွဲလမ်းမက်မောနေသောသူသည်။
အတ္တာနုယောဂိနံ၊ (အဓိသီလ စသည်သုံးပါး) ကိုယ်ကျိုးစီးပွား
ကို အားထုတ်သောသူတို့၏။ အတ္ထံ၊ နတ်လူအများ ညွတ်တွား
ကော်ရော် ပူဇော်ခြင်းစသော အကျိုးစီးပွားကို။ ပိဟေတိ၊
ငါ့အားဖြစ်က ကောင်းလေစွာဟု အောင်ဟ အားကျ နေရ
လေသတည်း။

ချစ်ခင်လေးမြတ်ကုန်သော သားအဖ သားအမိ-ရဟန်းသုံးယောက်
တို့ကို အကြောင်းပြု၍ “အယောဂေ ယုဉ္ဇမတ္တာနံ” စသော သုံးဂါထာ
ကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၉။ အားမထုတ်ထိုက် ဟားစိုက်ထုတ်ခါ၊
အားထုတ်သင့်က အားမထုတ်ပါ၊
စွန့်လွှတ်ကိုယ်ကျိုး ချစ်နိုးလိုက်ရှာ၊
အားပါးကျ သူရဲ စီးပွားသာ။

209. Attaching oneself to that which should be avoided,
not attaching oneself to that which should be pursued,
giving up the quest, one who goes after pleasure envies
him who exert himself.

ကားပြေ။ ။ အားမထုတ်သောအရာ၌ မိမိကိုယ်တိုင် အားစိုက်ထုတ်
၍ လိုက်စားသင့် အားစိုက်သင့်သော အရာ၌ မိမိ
ကိုယ်တိုင်အားမထုတ်ပဲ ကိုယ်ကျိုးစီးပွားကို စွန့်လွှတ်လျက် ချစ်သူကို
သာ ရှာသောသူသည် သူတို့ကိုယ်တိုင်အားထုတ် (ရရှိသော) အကျိုး
စီးပွားကို အားကျလျက် (ငါတို့များ ရပါမူ ကောင်းလေစွာဟု) တောင့်
တ ငြူစူ (နှုတ်ခမ်းစူလျက်) နေရ၏။

avoided	အား မထုတ်သည်၊ (ရှောင်ရှားသည်)
pursued	လိုက်စားသည် (အားထုတ်သည်)
quest	အကျိုးစီးပွား (ရှာဖွေခြင်း)
exert	အားထုတ်သည်။

၂၁၀။ မာ ပိယေဟိ သမာဂဉ္ဇိ၊
 အပ္ပိယေဟိ ကုဒါစနံ။
 ပိယာနံ အဒဿနံ ဒုက္ခံ၊
 အပ္ပိယာနဉ္စ ဒဿနံ။

အနက်--

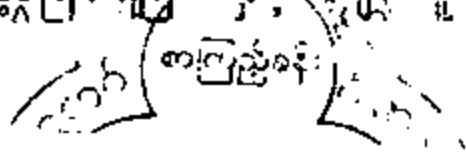
ပိယေဟိ၊ ချစ်သောသူတို့နှင့်။ မာ သမာဂဉ္ဇိ၊ မပေါင်းဆုံ
 စေရာ။ အပ္ပိယေဟိ၊ မချစ်သောသူတို့နှင့်လည်း။ ကုဒါစနံ၊
 ဘယ်အခါမှ။ မာ သမာဂဉ္ဇိ၊ မပေါင်းဆုံရာ အမြဲရှောင်ခွါ နေ
 သင့်ရာ၏။ ပိယာနံ၊ ချစ်သောသူတို့ကို။ အ ဒဿနံ၊ မတွေ့မမြင်
 ရခြင်းသည်။ ဒုက္ခံ၊ ဆင်းရဲ၏။ အပ္ပိယာနဉ္စ၊ မချစ်သောသူတို့ကို
 လည်း။ ဒဿနံ၊ တွေ့မြင်ရခြင်းသည်။ ယသ္မာ၊ အကြင်ကြောင့်။
 ဒုက္ခံ၊ ဆင်းရဲ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၁၀။ ချစ်သူအပေါင်း ကိုယ်ပေါင်းစိတ်ခွါ၊
 မချစ်သူလဲ အမြဲရှောင်ပါ၊
 ချစ်၊မမြင်ရ ဒုက္ခပိုတာ၊
 မချစ်လဲ ဆုံဆဲ ဆင်းရဲသာ။

210. Consort not with those that are dear, nor ever
 with those that are not dear; not seeing those that are
 dear and the sight of those that are not dear, are both
 painful.

စကားပြေ။ ။ ချစ်သောသူတို့နှင့် ရင်းရင်းနှီးနှီးမနေရာ။ မချစ်သော
 သူတို့နှင့် ဘယ်သောအခါမှ မရင်းနှီးရာ (မပေါင်းဖော်
 ရာ) အမြဲရှောင်နေရမည်။ ချစ်သူတို့ကို မတွေ့မြင်ရခြင်းနှင့် မချစ်သူတို့ကို
 တွေ့မြင်နေရခြင်းသည် ဆင်းရဲလှ၏။



၂၁၁။ တသ္မာ ပိယံ န ကယိရာယ၊
 ပိယာပါယော ဟိ ပါပကော။
 ဂန္ဓာ တေသံ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊
 ယေသံ နတ္ထိ ပိယာပိယံ။

အနက်—

တသ္မာ၊ ထို့ကြောင့် (သို့ဖြစ်၍) ။ ပိယံ၊ ချစ်ခင်နှစ်သက်ခြင်း
 ကို။ န ကယိရာ၊ မပြုရာ။ ဟိ၊ မှန်လှ၏။ ပိယာပါယော၊ ချစ်သော
 သူနှင့် ကွေ့ကွင်းရခြင်းလည်း။ ပါပကော၊ ဆိုးဝါးယုတ်မာလှ၏။
 ယေသံ၊ အကြင်သူတို့အား။ ပိယာပိယာ၊ ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်း
 တို့သည်။ နတ္ထိ၊ မရှိကုန်။ တေသံ၊ ထိုသူတို့အား (ထိုသူတို့အတွက်)။
 ဂန္ဓာ၊ အနှောင်အဖွဲ့တို့သည်။ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊ မရှိကုန်တော့သည်သာ
 တည်း။

မြန်မာကဗျာ

၂၁၀။ ထို့ကြောင့် ချစ်မှု မပြုလုပ်ရာ၊
 ချစ်သူကွေ့ကွင်း ဆိုးခြင်းယုတ်မာ၊
 ချစ်မုန်းမရှိ ထိုသည့် သူမှာ၊
 နှောင်ဖွဲ့ခြင်း အလျင်း မရှိပါ။

211. Hence hold nothing dear, for separation from those that are dear is bad: bonds do not exist for those to whom nought is dear or not dear.

စကားပြေ။ ။ ထို့ကြောင့် ချစ်ခင်နှစ်သက်ခြင်းကို စွဲမက်ခါခါမပြုရာ။
 ချစ်သောသူမှ ကွေ့ကွင်းရခြင်းသည် ဆိုးဝါးယုတ်မာလှ
 ၏။ ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်းမရှိသောသူအတွက် အနှောင်အဖွဲ့ဟူသည်မရှိကုန်။

hold nothing dear	ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်းကို စွဲမက်ခါခါ မပြုရာ
separation	ကွေ့ကွင်းရခြင်း
bonds	အနှောင်အဖွဲ့များ
exist	တည်ရှိသည်

၁၆၅။ အညတရကုဋ္ဌမ္ပိက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သားသေခြင်းကြောင့် စိုးရိမ်သောက နှိပ်စက်
လှသည်ဖြစ်၍ ငိုကြွေး မြည့်တမ်းနေသော သူကြွယ်တယောက်ကို

၂၁၂။ ပိယတော ဇာယတီ သောကော၊
ပိယတော ဇာယတီ ဘယံ။
ပိယတော ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊
နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

အနက် -

ပိယတော၊ (ကာမဂုဏ်ကို) ခင်မင်မြတ်နိုးခြင်းကြောင့်။
သောကော၊ စိုးရိမ်ရခြင်းသည်။ ဇာယတီ၊ ဖြစ်၏။ ပိယတော၊
ခင်မင်မြတ်နိုးခြင်းကြောင့်။ ဘယံ၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည်။
ဇာယတီ၊ ဖြစ်၏။ ပိယတော၊ ခင်မင်မြတ်နိုးခြင်းမှ။ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊
ကင်းလွတ်သောသူအား။ သောကော၊ စိုးရိမ်ခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊
မရှိ။ ဘယံ၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည်။ ကုတော အတ္ထိ၊ ဘယ်မှာရှိပါ
တော့ အံ့နည်း။

အကြောင်းပြု၍ “ပိယတော ဇာယတိ သောကော” စသော ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၁၂။ ချစ်ခင်ခြင်းမှ သောကဖြစ်လာ၊
 ချစ်ခင်ခြင်းတွက် ကြောက်မက် တဖြာ၊
 ချစ်ခင်မှုရှင်း လွတ်ကင်းသူမှာ၊
 စိုးရိမ်ခြင်း ကြောက်ခြင်းဘယ်ရှိစွာ။

212. From endearment springs grief, from endearment
springs fear; for him who is wholly free from endear-
ment there is no grief, must less fear.

စကားပြေ။ ။ (ကာမဂုဏ်ကို ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်းမှ စိုးရိမ်ခြင်းဖြစ်၏။
 ချစ်ခင် မြတ်နိုးခြင်းကြောင့် ကြောက်ခြင်း ဖြစ်၏။
ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်းမှ လုံးဝလွတ်ကင်းသောသူအား စိုးရိမ်ခြင်းနှင့်
ကြောက်ခြင်းသည် ဘယ်အခါမှ ရှိပါတော့အံ့နည်း။

endearment	ချစ်ခင်မြတ်နိုးခြင်း
springs grief	စိုးရိမ်ခြင်း ဖြစ်၏
wholly	အလုံးစုံ၊ လုံးဝ၊ လုံးလုံး

၁၆၆။ ဝိသာခါ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မြေးသေ၍ ငိုကြွေးလျက်နေသော ဝိသာခါ

၂၁၃။ ပေမတော ဇာယတီ သောကော၊
ပေမတော ဇာယတီ ဘယံ။
ပေမတော ဝိပ္ပ မုတ္တဿ၊
နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

အနက်—

ပေမဟော၊ ခင်တူယ်ခြင်းကြောင့်။ သောကော၊ စိုးရိမ်
ကြောင့်ကြခြင်းသည်။ ဇာယတိ၊ ဖြစ်၏။ ပေမတော၊ ခင်တူယ်
ခြင်းကြောင့်။ ဘယံ၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည်။ ဇာယတိ၊ ဖြစ်၏။
ပေမတော၊ ခင်တူယ်ခြင်းမှ။ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ လွတ်ကင်းသောသူအား။
သောကော၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။ ဘယံ၊
ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည်။ ကုတော အတ္ထိ၊ အဘယ်ရှိတော့အံ့နည်း။

ဒါယိကာမကို အကြောင်းပြု၍ “ပေမတော ဇာယတိ သောကော”
စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၁၃။ ခင်မင်ခြင်းမှ သောက ဖြစ်လာ၊
 ခင်မင် သည့်တို့က ကြောက်မက်ရပါ၊
 ခင်မင်ကြောင်းရင်း လွတ်ကင်းသူမှာ၊
 စိုးရိမ်ခြင်း ကြောက်ခြင်း ဘယ်ရှိမှာ။

213. From affection springs grief, from affection
springs fear, for him who is wholly free from affect-
ion there is no grief, much less fear.

စကားပြေ။ ။ (သား သမီးစသည်ကို) ခင်တွယ်ခြင်းမှ စိုးရိမ်ခြင်းဖြစ်
၏။ ခင်တွယ်ခြင်းမှ ကြောက်ခြင်းဖြစ်၏။ ခင်တွယ်ခြင်း
မှ လုံးဝကင်းရှင်း လွတ်ကင်းသူအတွက် စိုးရိမ်ခြင်းနှင့် ကြောက်ခြင်း
သည် ဘယ်မှာရှိပါတော့အံ့နည်း။

၁၆၇။ လိစ္ဆဝီ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေသာလီပြည် ကုဋ္ဌာဂါရ၌ နေတော်မူ
သောအခါပြည့်တန်ဆာမကယောက်ကြောင့် လိစ္ဆဝီမင်းတို့၏သေကြေ

၂၁၄။ ရတိယာ ဇာယတီ သောကော၊
ရတိယာ ဇာယတီ ဘယံ။
ရတိယာ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊
နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

အနက်—

ရတိယာ၊ ငါးဖြာအာရုံ ကာမဂုဏ်၌ ခုံမင်လျှပ်ပေ၍ မွေ့လျော်
ခြင်းကြောင့်။ သောကော၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်းသည်။ ဇာယတီ၊
ဖြစ်၏။ ရတိယာ၊ မွေ့လျော်ခြင်းကြောင့်။ ဘယံ၊ ကြောက်ရွံ့
ခြင်းသည်။ ဇာယတီ၊ ဖြစ်၏။ ရတိယာ၊ (ငါးဖြာအာရုံ၊ ကာမဂုဏ်
၌ ခုံမင်လျှပ်ပေ၍) မွေ့လျော်ခြင်းမှ။ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ လွတ်ကင်း
သောသူအား။ သောကော၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊
ရှေ့။ ဘယံ၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည်။ ကုတော အတ္ထိ၊ အဘယ်မှာ
ရှိတော့အံ့နည်း။

ပျက်စီးခြင်းကို အကြောင်းပြု၍ “ရတိယာ ဇာယတိ သောကော”
စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၁၄။	မွေ့လျော်ခြင်းမှ	သောက ဖြစ်လာ၊
	မွေ့လျော်သည့်တူက်	ကြောက်မက်ရပါ၊
	မွေ့လျော်မှုရင်း	လွတ်ကင်းသူမှာ၊
	စိုးရိမ်ခြင်း	ကြောက်ခြင်း မရှိရာ။

214. From delight springs grief, from delight springs fear; for him who is wholly free from delight there is no grief, much less fear.

စကားပြေ။ ။ (ငါးဖြာအာရုံ ကာမဂုဏ်၌ ခုံမင်လျှပ်ပေ၍) မွေ့လျော်ခြင်းမှ စိုးရိမ်ခြင်းဖြစ်၏။ မွေ့လျော်ခြင်းမှ ကြောက်မက်ခြင်းဖြစ်၏။ မွေ့လျော်ခြင်းမှ လုံးဝသန့်ရှင်း လွတ်ကင်းသောသူအတွက် စိုးရိမ်ခြင်း၊ ကြောက်မက်ခြင်းသည် ဘယ်မှာရှိပါတော့အံ့နည်း။

၁၆၈။ အနိတ္ထိဂန္ဓ ကုမာရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သာဝတ္ထိမြို့၌ အနိတ္ထိဂန္ဓသတို့သားသည် ဖွားမြင်
သောနေ့မှစ၍ မာတုဂါမကို မမြင်လို့မနီးလို့ အရွယ်ရောက်သောအခါ
ရွှေရုပ်နှင့်တူသော မာတုဂါမကိုရ၍ အလွန်ချစ်မြတ်နိုး၏။ ထိုမာတုဂါမ
သေဆုံးလေ၍ အနိတ္ထိဂန္ဓသတို့သားသည် စိုးရိမ်သောက နှိပ်စက်လှ
သဖြင့် မစားနိုင် မသောက်နိုင်ဖြစ်၏။ ဘုရားရှင်သည် ထိုသတို့သားကို

၂၁၅။ ကာမတော ဇာယတီ သောကော၊

ကာမတော ဇာယတီ ဘယံ။

ကာမတော ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊

နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

အနက်—

ကာမတော၊ ကာမဂုဏ်ကြောင့်၊ သောကော၊ စိုးရိမ်ကြောင့်
ကြခြင်းသည်။ ဇာယတီ၊ ဖြစ်၏။ ကာမတော၊ ကာမဂုဏ်ကြောင့်။
ဘယံ၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည်။ ဇာယတီ၊ ဖြစ်၏။ ကာမတော၊
ကာမဂုဏ်မှ၊ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ ကင်းလွတ်သောသူအား။ သောကော၊
စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။ ဘယံ၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်း
သည်။ ကုတော အတ္ထိ၊ အဘယ်မှာရှိနိုင်တော့အံ့နည်း။

ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ကမတော ဇာယတီ သောကော” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ အနိတ္ထိဂန္ဓ သတ္တိသားသည် သောတာပန်
တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၁၅။ ကမဂုဏ်ကြောင့် စိုးနွှောင့် ဖြစ်လာ၊
ကမဂုဏ်တူကံ ကြောက်မက်ရပါ၊
ကမဂုဏ်ရင်း လွတ်ကင်းသူမှာ၊
စိုးရိမ်ခြင်း ကြောက်ခြင်းဘယ်ရှိရာ။

215. From lust springs grief, from lust springs fear;
for him who is wholly free from lust there is no grief,
much less fear.

စကားပြေ။ ။ ကမဂုဏ်ကြောင့် စိုးရိမ်ခြင်းဖြစ်၏။ ကမဂုဏ်ကြောင့်
ကြောက်ခြင်းဖြစ်၏။ ကမဂုဏ်မှ လုံးဝသန့်ရှင်း လွတ်
ကင်းသောသူအား စိုးရိမ်ခြင်းနှင့် ကြောက်မက်ခြင်းသည် အဘယ်မှူးရှိ
ပါတော့အံ့နည်း။

၁၆၉။ အညတရ ဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရိတ်ခါနီးသောလယ်ကို တနွံမျှ မကျန်ရအောင်
ရေဖျက်ဆီးသောကြောင့် စိုးရိမ်သောက နှိပ်စက်၍ နေသော မထင်
ရှားသော (အညတရ) ပုဏ္ဏားကို ဆုံးမခြင်းငှါ “တဏှာယ ဇာယတီ

၂၁၆။ တဏှာယ ဇာယတီ သောကော၊

တဏှာယ ဇာယတီ ဘယံ။

တဏှာယ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊

နတ္ထိ သောကော ကုတော ဘယံ။

အနက်—

တဏှာယ၊ ခြောက်ပါးဒွါရ ဖြစ်ထစပ်ယှက် တပ်မက်ခြင်း
တဏှာကြောင့်။ သောကော၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်းသည်။
ဇာယတီ၊ ဖြစ်၏။ တဏှာယ၊ တပ်မက်ခြင်းတဏှာကြောင့်။
ဘယံ၊ ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည်။ ဇာယတီ၊ ဖြစ်၏။ တဏှာယ၊
တပ်မက်ခြင်းတဏှာမှ။ ဝိပ္ပမုတ္တဿ၊ ကင်းလွတ်သောသူအား။
သောကော၊ စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။ ဘယံ၊
ကြောက်ရွံ့ခြင်းသည်။ ကုတော အတ္ထိ၊ အဘယ်မှာရှိပါတော့
အံ့နည်း။

သောကော"စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ပုဏ္ဏားသည်
သောတာပန်တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၁၆။ တပ်မက်ခြင်းကြောင့် စိုးနှောင့်ဖြစ်လာ၊
တပ်မက်ခြင်းထွက် ကြောက်မက်ရပါ၊
တပ်မက်ကြောင်းရင်း လွတ်ကင်းသူမှာ၊
စိုးရိမ်ခြင်း ကြောက်ခြင်း မရှိရာ။

216. From craving springs grief, from craving springs fear; for him who is wholly free from craving there is no grief, much less fear.

စကားပြေ။ ။ တပ်မက်ခြင်း တဏှာကြောင့် စိုးရိမ်ခြင်းဖြစ်၏။ တပ်
မက်ခြင်း တဏှာကြောင့် ကြောက်မက်ခြင်းဖြစ်၏။
တပ်မက်ခြင်း တဏှာမှ လုံးဝန့်သန့်ရှင်း လွတ်ကင်းသောသူအတွက် စိုးရိမ်
ခြင်းနှင့် ကြောက်မက်ခြင်းသည် ဘယ်မှာ ငြိမ့်တော့အံ့နည်း။

၁၇၀။ ပဉ္စသတ ခါရက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ပေဠုဝန်ကျောင်းစောင့်၌
နေတော်မူသောအခါ အရှင်မဟာကဿပအား မုန့်လှသော သူငယ်

၅၁၇။ သီလဒဿနသမ္ပန္နံ၊

ဓမ္မဋ္ဌံ သစ္စဝေဒိနံ။

အတ္တနောကမ္မကုဗ္ဗာနံ၊

တံ ဇနော ကုရုတေ ပိယံ။

အနက်—

သီလဒဿနသမ္ပန္နံ၊ အကျင့်သီလ ဉာဏ်အမြင်နှင့် ပြည့်စုံ
ထသော။ ဓမ္မဋ္ဌံ၊ ကိုးပါးအပြား လောကုတ္တရာတရား၌ တည်ထ
သော။ သစ္စဝေဒိနံ၊ မဖောက်မပြန် သစ္စာဉာဏ်ဖြင့် ဟုတ်မှန်
သော စကားကို ဆိုတတ်ထသော။ သစ္စဝေဒိနံ၊ သစ္စာဉာဏ်
ဖြင့် အမှန်လေးချက်သဘောနက်ကို သိကုန်သော။ အတ္တနော-
ကမ္မကုဗ္ဗာနံ၊ မိမိအမှု ပြုထိုက်လှစွာ သိက္ခာသုံးပါး ကိုယ်ကျင့်
တရားကို ပြုတတ်သော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုသို့ သဘောရှိသော
ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဇနော၊ လောကဖြစ်သူ လူများအပေါင်းသည်။ ပိယံ၊
ချစ်အပ်သည်ကို။ ကုရုတေ၊ ပြုအပ်သည်သာလျှင်တည်း။

ငါးရာတို့ကို အကြောင်းပြု၍ “သီလဒဿနလမ္ဗန္ဓ” စသော ဂါထာ
ကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၁၇။ ဉာဏ်မြင်သီလ ပြည့်စုံစုံညီ၊
လောကုတ်တရား ထင်ရှားစွာတည်၊
မွန်စွာဆိုတတ် ကျင့်မြတ်သုံးလီ၊
ပြုသူအား လူများ ချစ်အပ်သည်။

217. Whoso is perfect in virtue and insight, is established in the Dhamma, has realized the Truths, and fulfils his own duties, him do folk hold dear.

စကားပြေ။ ။ အကျင့်သီလဉာဏ်အမြင်နှင့် ပြည့်စုံသော လောကုတ္တရာ
တရား၌ ထင်ရှားစွာတည်သော မွန်ကန်သော စကား
ကို ဆိုတတ်သော (သစ္စာလေးချက် သဘောနက်ကိုသိသော) မိမိအမှု
ဖြစ်သော သိက္ခာသုံးပါး ကိုယ်ကျင့်တရားကို (ပြည့်စုံအောင်) ပြုတတ်
သော ပုဂ္ဂိုလ်အား လူတို့ချစ်မြတ်နိုးအပ်၏။

၁၇၁။ ကေ အနာဂါမိတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ယာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော် မူသောအခါ အနာဂါမိမထေရ်တပါးကို တပည့်တို့သည်
တရားအထူးကို ရပြီလောဟု လျှောက်၏။ မထေရ်ကား အရဟတ္တဖိုလ်
သို့ရောက်မှပြောအံ့ကြံ၍ ဆိတ်ဆိတ်နေ၏။ များမကြာမီ စုတေ၍ သုဒ္ဓါ
ဝါသဘုံ၌ ဖြစ်လေ၏ တပည့်တို့သည် အချည်းနှီးသော သေခြင်းဟု

၂၁၀။ ဆန္ဒဇာတော အနက္ခာတေ၊

မနဿ စ ဖုဠော သိယာ။

ကာမေသု စ အပ္ပဋ္ဌိဗဒ္ဓစိတ္တော၊

“ဥဒ္ဓိသောတောတိ” ဝုစ္စတိ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ အနက္ခာတေ၊ ဤအမည်
ရှိသော သူသည် ပြုအပ်သည့် အညံ့စသည်တို့တွင် ဤသို့ သဘော
ရှိသည်ဟု မဆိုအပ်သော နိဗ္ဗာန်တရား၌။ ဆန္ဒဇာတော၊ ကြိုးစား
အားသစ် ဖြစ်သော အလိုရှိသည်ဖြစ်၍။ မနဿ၊ အောက်၌
ဖြစ်သော သုံးပါးသော ဖိုလ်စိတ်ဖြင့်။ ဖုဠော စ၊ ကောင်းစွာ
နွဲ့စပ် ကပ်ရောက်အပ်သည်လည်း။ သိယာ၊ ဖြစ်ရာ၏။ ကာမေသု စ၊
ကာမဆယ့်တစ်တုံတို့၌လည်း။ အပ္ပဋ္ဌိဗဒ္ဓစိတ္တော၊ မကပ်ငြိသော
စိတ်ရှိသည်။ သိယာ၊ ဖြစ်ရာ၏။ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုသို့သော
ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဥဒ္ဓိသောတောတိ၊ သုဒ္ဓါဝါသ ဘုံငါးဝလုံး အဆုံး
သို့ ကျရောက်အောင် အစဉ်အတိုင်း တက်ရောက်ရသဖြင့်
ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုသော ဥဒ္ဓိသောတ ပုဂ္ဂိုလ်ဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်
သည်သာလျှင်တည်း။

ထင်မှတ်ကုန်၍ မြတ်စွာဘုရားအား လျှောက်ရာတွင် အနာဂါမ် အဖြစ်
ကို မိန့်တော်မူ၍ “ဆန္ဒဇာတော အနက္ခာတေ” ဖဿော ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၁၈။ နိဗ္ဗာန်တရား အားထားစိတ်ပို၊
 စိတ်ဖြင့်သာကပ် နှံ့စပ်ပိုမို၊
 ကာမယိုဖိတ် တပ်စိတ်ကင်းပို၊
 ထိုသူကား ထက်ဖျား ဘုံရောက်ဆို။

218. He who has developed a wish for the Undeclared (Nibbāna), he whose mind is thrilled (with the three Fruits), he whose mind is not bound by material pleasures, such a person is called an "Upstream-bound One".

စကားပြေ။ ။ ဤမည်သောသူသည် ပြုအပ်သည် (ဤမည်သောသူ၏ ပြည်) ဟုမဆိုအပ်သော နိဗ္ဗာန်တရားအတွက် (ပြင်းထန်သော) ဆန္ဒတခုကို ဖွင့်ဟသည်ဖြစ်၍ (အောက်၌ဖြစ်သော) သုံးပါးသော ဖိုလ်စိတ်ဖြင့် ကောင်းစွာ နှံ့စပ်ရောက်အပ်သော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ ကာမဆယ့်တစ်ဘုံတို့၌လည်း မလပ်ငြိသော စိတ်ရှိသော ဤကဲ့သို့သောသူကို အထက် (အကနိဋ္ဌ)တုံသို့ သွားအပ်သောသူဟု ဆိုအပ်၏။

၁၇၂။ နန္ဒိယ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဗာရာဏသီပြည် မိဂဒါဝုန်တော၌ နေတော်
မူသောအခါ ရှင်မောဂ္ဂလာန် နတ်ပြည်သို့ ကြွတော်မူရာတွင် ကျောင်း

၂၁၉။ စိရပ္ပဝါသိံ ပုရိသံ၊
ဒူရတော သောတ္ထိမာဂတံ။
ညာတိမိတ္တာ သုဟဇ္ဇာ စ၊
အဘိနန္ဒန္တိ အာဂတံ။

အနက်—

စိရပ္ပဝါသိံ၊ ကြာမြင့်စွာ ကွေ့ကွင်း ကွဲကွာ၍နေသော။ ဒူရ-
တော၊ ဝေးကွာဌာန ရပ်ဒေသမှ။ သောတ္ထိံ၊ ချမ်းချမ်းသာသာ။
အာဂတံ၊ ပြန်ရောက်လာသော။ ပုရိသံ၊ ယောက်ျားကို။ ညာတိ စ၊
ဆွေမျိုးသားချင်းတို့သည်လည်းကောင်း၊ မိတ္တာ စ၊ အဆွေခင်ပွန်း
တို့သည်လည်းကောင်း။ သုဟဇ္ဇာ စ၊ ချစ်ကျွမ်းဝင်သောသူတို့သည်
လည်းကောင်း။ အဘိနန္ဒန္တိ ယထာ၊ အလွန်ဝမ်းမြောက် နှစ်လိုကြ
ကုန်သကဲ့သို့။

၂၂၀။ တထေဝ ကတပုညမ္ပိ၊
အသ္မာလောကာ ပရိဂတံ။
ပုညာနိ ပဋိဂဏ္ဌန္တိ၊
ပိယံ ညာတိဝ အာဂတံ။

အနက်—

တထေဝ၊ နှိုင်းယှဉ်စရာ ထိုနည်းတူစွာသာလျှင်။ အသ္မာ
လောကာ၊ ဤပစ္စုပ္ပန်လောကမှ။ ပရိ၊ တမလွန်ဘဝသို့။ ဂတံ၊
ရောက်လာသော။ ကတပုညမ္ပိ၊ ပြုအပ်ပြီးသော ကောင်းမှုရှိသော
သူကိုလည်း။ ပုညာနိ၊ ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့သည်။ အာဂတံ၊
အဝေးမှ ပြန်ရောက်လာသော။ ပိယံ၊ ချစ်လှစွာသော သူကို။
ညာတိ၊ ဆွေမျိုးတို့သည်။ ပဋိဂဏ္ဌန္တိ ဣဝ၊ ကြိုဆိုပံ့ထောက်ချီး
မြှောက်သကဲ့သို့။ ပဋိဂဏ္ဌန္တိ၊ ကြိုဆိုပံ့ထောက်ချီးမြှောက်ကြကုန်၏။

တကာဖြစ်သော နန္ဒိယ ဥပသကာ၏ ယူဇနာ တရာမြင့်သော ရတနာ
 ခုနစ်ပါးဖြင့် ပြီးသော ဘုံပြာသာဒ်ကြီး ပေါက်လင့်သည်ကို မြင်ခဲ့၍
 ဘုရားရှင်ထံသို့ရောက်လျှင် အရှင်ဘုရား...ကောင်းမှုရှိကုန်သော သူတို့
 အား မသေမီ နတ်ပြည်၌ ဘုံဗိမာန် ပေါက်ပါမည်လောဟု လျှောက်

မြန်မာကဗျာ

၂၁၉။ ဝေးရပ်နေလင့် ကြာမြင့်သူဟာ၊
 ချမ်းသာစွာပဲ ပြန်လဲရောက်လာ၊
 ဤသည့်သူအား ဆွေသားရင်းချာ၊
 ပြန်ကာရောက် ဝမ်းမြောက်ကြိုသို့သာ။

219. A man long absent and returned safe from afar,
 kinsmen, friends, and well-wishers welcome on his arrival.

စကားပြေ။ ။ ကြာမြင့်စွာ ကွေ့ကွင်းကွဲကွဲ၍ နေကာ ဝေးရပ်ဌာနမှ
 ချမ်းသာစွာ ပြန်ရောက်လာသော သူအား ဆွေမျိုး
 သားချင်း ပေါင်းလင်းမိတ်ဆွေများနှင့် ချစ်ကျမ်းဝင်သူတို့သည် အလွန်
 ဝမ်းမြောက်စွာ နှုတ်ဆက် ကြိုဆို နှစ်သက်ကြကုန်သကဲ့သို့။

၏။ ချစ်သားမောဂ္ဂလနှင့် နန္ဒိယ ဗိမာန်ကို ကိုယ်တိုင်မြင်ခဲ့ပြီ မဟုတ်
လောဟု မိန့်တော်မူ၍ “ စိရပ္ပဝါသိ ပုရိသံ ” စသော နှစ်ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၂၀။ ဤလောကမှ	ဘဝ တမလွန်၊
ကောင်းမှုပြုငြား	ပြောင်းသွားသူမွန်၊
ကိုယ်တိုင်ပြုစု	ကောင်းမှုကဲချွန်၊
ချစ်ဆွေလား	မြောက်စား ကြိုဆိုလွန်။

220. Likewise, his good deeds too will receive the doer who has gone from this world to the next, as kinsmen will receive a dear one on his return.

စကားပြေ။ ။ ထိုနည်းတူစွာ ဤပစ္စုပ္ပန် လောကမှ တမလွန်ဘဝ
(နောက်ဘဝ)သို့ သွားသော ကုသိုလ်ကောင်းမှု ပြုပြီး
သော သူကိုလည်း (မိမိပြုစုခဲ့သော) ကုသိုလ်ကောင်းမှုတို့သည် ချစ်လှ
စွာသော ဆွေမျိုးတယောက် ပြန်ရောက်သောအခါ သားချင်းများက
မြောက်စားကြိုဆိုသကဲ့သို့ မြောက်စားကြိုဆိုလှင့်ကြကုန်၏။

ပိယဝဂ်-ချစ်ခြင်းအုပ်စု ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း ၁၇။

ကောဓဝဂ်-အမျက်အုပ်စု

၁၇၃။ ရောဟိနီ ခတ္တိယကညာ ခတ္တု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ကပိလဝတ်ပြည် နိဂြောဓာရုံကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ ရောဟိနီ(မည်သော) မင်းသမီးသည် နှုနာစွဲ၍ ရှက်သောကြောင့် မောင်တော်ဖြစ်သော အနုရုဒ္ဓါမထေရ်ထံ မလာဝံ့သည်ကို ခေါ်စေ၍ ဇရုပ်ဆောက်လုပ်ခြင်း ကုသိုလ်ကို ပြုလော

၂၂၁။ ကောဓံ ဇဟေ ဝိပ္ပဇဟေယျ မာနံ၊
သံယောဇနံ သဗ္ဗမတိက္ကမေယျ။
တံ နာမရူပသ္မိမသဇ္ဇမာနံ၊
အကိဉ္ဇနံ နာနုပတန္တိ ဒုက္ခာ။

အနက်—

ကောဓံ၊ ကြမ်းကြုတ်ခက်မာ မျက်ခေါ်သောကို။ ဇဟေ၊ ပယ်စွန့်ရာ၏။ မာနံ၊ ယောင်လွှား ထက်သန် မာနမာန်ကို။ ဝိပ္ပဇဟေယျ၊ ပယ်စွန့်ရာ၏။ သဗ္ဗံ၊ ကြွင်းမဲ့ညှိ အလုံးစုံသော။ သံယောဇနံ၊ ကာမရာဂ စသည်ဖွဲ့ယှဉ်သံယောဇဉ်ကို။ အတိက္ကမေယျ၊ လွန်မြောက်ရာ၏။ နာမရူပသ္မိံ၊ နာမ်ရုပ်တရား၌။ အသဇ္ဇမာနံ၊ သာယာတပ်သိ ကပ်ငြိခြင်းမရှိသော။ အကိဉ္ဇနံ၊ ရာဂစသည် အညီတပ်ကင်း ကြောင့်ကြခြင်း မရှိသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထို ပုဂ္ဂိုလ်သို့။ ဒုက္ခာ၊ ပူပန်ညှဉ်းဆဲ ဆင်းရဲဟူသမျှ တို့သည်။ နာနုပတန္တိ၊ အစဉ်တစိုက် မလိုက်၊ မကျနိုင် ကုန်သည် သာလျှင်တည်း။

ဟု တိုက်တွန်း၏။ ရောဟိနီလည်း ဇရပ်ဆောက်ပြီးလျှင် ဘုရားအမှူးရှိသော သံဃာကိုပင့်၍ ဆွမ်းလုပ်ကျွေး၏။ ဘုရားရှင်သည်ရောဟိနီကို ခေါ်တော်မူ၍ သင်သည် ရွေးအခါ၌ ဗာရာဏသီမင်းကြီး၏ မိဖုရားဖြစ်သောဘဝက မောင်းမငယ်တယောက်ကို အမျက်ထွက်၍ ယားစေတတ်သော အမှုဖြင့်ပြု၍ နှိပ်စက်ခဲ့ဘူးသောကြောင့် ဤရောဂါဖြစ်သည်။ မာန ဒေဝီသကို ပယ်အပ်သည်သာတည်းဟု မိန့်တော်မူ၍ “ကောဝေဒဟေ ဝိပ္ပဇဟေယျမာနံ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ ရောဟိနီလည်း နုနာပျောက်ကင်း ရွှေအဆင်းရှိကာ သောတာပန် ဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၂၁။ စိတ်ဆိုးမာန်ညစ်	စွန့်ပယ်ပယ်ခွါ၊
သံယောဇဉ်လုံး	သက်ဆုံးပယ်ပါ၊
နာမ်ရုပ်တရား	နှစ်ပါး၌သာ၊
မကပ်ငြိ	မရှိကြောင့်ကြပါ၊
လိုသူပဲ	ဆင်းရဲ မရောက်ရာ။

221. One should give up anger; one should abandon pride; one should overcome all fetters. Ills never befall him who clings not to mind and body and is passionless.

စကားပြေ။ ။ အမျက်ဒေါသ မာန်မာနကို စွန့်ပယ်ရာ၏။ အလုံးစုံသော သံယောဇဉ်ကို လွန်မြောက်ရာ၏။ နာမ်ရုပ်တရား၌ မတွယ်တာ မကပ်ငြိ သာယာခြင်းမရှိ ကြောင့်ကြခြင်းလည်း မရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သို့ ဆင်းရဲဒုက္ခတို့သည် ဘယ်သောအခါမှ မကျရောက်ကုန်။

၁၇၄။ အညတရ ဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် (အာဠဝိပြည်) အဂ္ဂါဠဝစေတီ၌ နေတော်
မူသောအခါ ရဟန်းတော်တပါးသည် ကျောင်းဆောက်ရန် နှစ်သက်
ဖွယ်ရှိသော သစ်ပင်ကို ခုတ်လှည်းခြင်းငှါ အားထုတ်၏။ ရုက္ခစိုးနတ်
သည် ဗိမာန်ကို မဖျက်ဆီးပါလင့်ဟု တောင်းပန်၍ မရသောကြောင့်

၂၂၂။ ယော ဝေ ဥပ္ပတိတံ ကောဓံ၊
ရထံ ဘန္တံ ဝါရယေ။
တမဟံ သာရထိံ ဗြူမိ၊
ရသ္မိဂ္ဂါဟော ဣတရော ဇနော။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဘန္တံ၊ လွန်သောအဟုန်
ဖြင့် ပြေးသွားသော (လျင်မြန်စွာ ပြေးသွား၍ နေသော)။ ရထံ၊
ရထားကို။ ဝါရယေ ဣဝံ၊ (ရထားထိန်းသည်) မတိမ်းစောင်း
အောင် တားမြစ်နိုင်သကဲ့သို့။ ဝေ၊ ကော်စင်စစ်။ ဥပ္ပတိတံ၊
ထွက်ပေါ်၍လာသော။ ကောဓံ၊ အမျက်ကို။ ဝါရယေ၊ မဖြစ်
ပွားရအောင် မြစ်တားနိုင်၏။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဝေ၊
စင်စစ်။ သာရထိံ၊ ရထားထိန်းမည်၏ဟူ၍။ အဟံ၊ ငါဘုရား
သည်။ ဗြူမိ၊ ဟောတော်မူ၏။ ဣတရော၊ အမျက်ဒေါသ
တက်ကြွဖြစ်ပွားသည်ကို မတား မဟန့်နိုင်သော။ ဇနော၊
ပကတိသော ရထားထိန်းသူ (လူ) အပေါင်းသည်။ ရသ္မိဂ္ဂါဟော၊
ကြိုးကိုင်မျသမည်၏။

သနားအောင် သားငယ်ကိုပြု၍တောင်းပန်ရာ မြောက်ချီသော ဒါးကို
မဟန့်နိုင်၍ သားငယ်လက်ကို ခုတ်မိ၍ သေဆုံးလေ၏။ ရုက္ခစိုးလည်း
ရဟန်းကိုသတ်လိုလျက် အမျက်ကိုဖြေ၍ မြတ်စွာဘုရားထံသို့ လာပြီး
သော် ဤအကြောင်းကို လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် ရုက္ခစိုးအား
တရားဟောခြင်းငှါ “ယော ဝေ ဥပ္ပတိတံ ကောဓံ” စသော ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၂၂။ အမြန်ရကား	မြစ်ဟားပုံလို
အမျက်ပေါ်လစ်	တားမြစ်သူကို
ရထားထိန်းပ	ဗုဒ္ဓမြတ်ဆို
မျက်မတား	လူအားကြိုးကိုင်ဆို။

222. Whoso, as a rolling chariot, checks his uprisen
anger, him I call a charioteer; other folk merely hold
the reins.

စကားပြေ။ ။လျင်မြန်စွာ ပြေးသွား၍နေသောရထားကို ရထားထိန်း
သည် မတိမ်းမစောင်းအောင် တားမြစ်နိုင်သကဲ့သို့
ထွက်ပေါ်၍လာသော အမျက်ဒေါသကို မဖြစ်ပွါးအောင် တားမြစ်နိုင်
သော သူကို ရထားထိန်းဟု ငါတို့တရား မြတ်ဆိုတော်မူ၏။ အမျက်ဒေါသ
ကို မတားမြစ်နိုင်သော အပြားလူ (ပြိကတရုရထားထိန်း) သည်ကား
ကြိုးကိုင်မျှသာလည်း (ရထားထိန်းမမည်ဟူလို)။

၁၇၅။ ဥတ္တရာ ဥပါသိကာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ပုဏ္ဏသဌေးသမီးဥတ္တရာသည် မိစ္ဆာအယူရှိ
သော သုမနသဌေးသားနှင့် သင့်မြတ်သည်ဖြစ်၍ ဥပုသ်စောင့်ခွင့်
ဒါနပြုခွင့်ကို မရသောကြောင့် အသပြာ တသောင်းငါးလောင်းဖြင့်
သီရိမာမည်သော ပြည့်တန်ဆာမကို လခွဲကာလပတ်လုံးငှါး၍ လင်၏
အထံ၌ နေစေပြီးသော် မိမိသည် ဥပုသ်သီတင်းဆောက်တည်၍ ဘုရား
အမှူးရှိသော သံဃာအား အလှူပေးလျက်နေ၏။ ပြည့်တန်ဆာမ
သီရိမာသည် မိမိကိုယ်ကို အိမ်ရှင်ကဲ့သို့တင်မြှောက်၍ ဥတ္တရာကို ၆။စ

၂၂၃။ အက္ကောဓေန ဇိနေ ကောဓံ၊

အသာဓုံ သာဓုနာ ဇိနေ။

ဇိနေ ကဒရိယံ ဒါနေန၊

သစ္စေနာ' လိကဝါဒိနံ။

အနက်—

ကောဓံ၊ ကြမ်းတမ်းမာခက် အမျက်ထွက်သောသူကို။
အက္ကောဓေန၊ မေတ္တာနှံ့သက် အမျက်မထွက်ခြင်းဖြင့်။ ဇိနေ၊
အောင်မြင်ရာ၏။ အသာဓုံ၊ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး သုံးပါးအပေါင်း
မကောင်းသောသူကို။ သာဓုနာ၊ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး သုံးပါးအပေါင်း
ကောင်းခြင်းဖြင့်။ ဇိနေ၊ အောင်ရာ၏။ ကဒရိယံ၊ မပေးလှူလို
ဝန်တိုသောသူကို။ ဒါနေန၊ မိမိစွန့်နည်းများမဟုတ် ပေးလှူ
စွန့်ကြဲခြင်းဖြင့်။ ဇိနေ၊ အောင်မြင်ရာ၏။ အလိကဝါဒိနံ၊ အမှန်
လွတ်ကင်း ချစ်ယွင်းစကား ပြောကြားလေ့ ရှိသောသူကို။
သစ္စေန၊ မဖောက်မပြန် မှန်ကန်စကား ပြောကြားခြင်းဖြင့်။
ဇိနေ၊ အောင်မြင်ရာ၏။

သောကြောင့် ကျိက်ကျိက်ဆူသော ဆိပ်ဖြင့်လောင်း၏။ ဥတ္တရာ၏
မေတ္တာကြောင့် ကျိက်ကျိက်ဆူသော ဆိပ်သည် (ဂေါသိတ) စန္ဒကူး
ကဲ့သို့ အေးမြ၏။ သီရိမာသည် ဤအံ့ဖွယ်သရဲကို မြင်၍ ထိတ်လန့်
သောကြောင့် ဥတ္တရာအား တောင်းပန်ဝန်ချ၏။ ဘုရားရှင်ထံ တောင်း
ပန် ဝန်ချလော့ဟုဆို၍ ဘုရားရှင်ကြွတော်မူသောအခါမှ အကြောင်း
ကိုလျှောက်၍ တောင်းပန်ဝန်ချစေ၏။ ဘုရားရှင်သည် သာဓု-သာဓု
ဥတ္တရာဟု ကောင်းချီးပေးတော်မူ၍ “အက္ခောဓေန ဖိနေ ကောဓံ”
စသောဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ သီရိမာနှင့်တကွ မိန်းမငါးရာတို့
သောတာပန်ဖြစ်လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၂၃။ မျက်ထွက်သူကို	အောင်လိုမေတ္တာ၊
မကောင်းသူဖျင်း	ကောင်းခြင်းအောင်ရာ၊
ဝန်တိုသူအား	ပေးငြား အောင်ရာ၊
မမှန်ပြော	မှန်ပြော အောင်မြင်ရာ။

223. Conquer anger by love; conquer evil by good;
conquer the stingy one by giving; conquer the liar by
truth.

စကားပြေ။ ။ အမျက်ထွက်သော သူကို ခင်မင်သော ကြင်နာမှုဖြင့်
(အမျက်ထွက်ခြင်းဖြင့်) အောင်မြင်ရာ၏။ မကောင်း
သောသူကို ကောင်းခြင်းဖြင့် အောင်မြင်ရာ၏။ ဝန်တို(ကပ်စေးနဲ့) သူကို
(ရက်ရက်ရောရော) ပေးကမ်းခြင်းဖြင့် အောင်မြင်ရာ၏။ မဟုတ်မမှန်
လုပ်ကြံပြောဆိုသောသူကို မှန်ကန်သောစကားဖြင့် အောင်မြင်ရာ၏။

၁၇၆။ မဟာမောဂ္ဂလ္လာန ဗည ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်နတ်ပြည်သို့ ဒေသစာရိကြရာ
တွင် နတ်သမီး နတ်သားတို့သည် ဘုံဗိမာန်နှင့် စံနေကြသည်ကို မြင်ခဲ့
သောကြောင့် ဤသို့လျှောက်၏။ အရှင်ဘုရား မှန်သောစကားကို
ဆိုကာမျှဖြင့် အမျက်ကိုငြိမ်းစေကာမျှဖြင့် အနည်းငယ် လှူကာမျှဖြင့်
နတ်ရွာသို့ ရောက်၏လောဟု လျှောက်ရာတွင် ချစ်သား မောဂ္ဂလ္လာန်

၂၂၄။ သစ္စံ ဘဏေ န ကုဇ္ဈေယျ၊

ဒဇ္ဇော အပ္ပမ္ဘိ ယာစိတော။

ဧကေဟိ တီဟိ ဌာနေဟိ၊

ဂစ္ဆေ ဒေဝါန သန္တိကေ။

အနက်—

သစ္စံ၊ မဖောက်မပြန် မှန်ကန်သောစကားကို။ ဘဏေ၊
နှစ်သက်ဖွယ်သာ ပြောဆိုရာ၏။ န ကုဇ္ဈေယျ၊ သူတပါးအား
ဖြစ်ပွားအမျက် မထွက်မပေါ်စေရာ။ ယာစိတော၊ သူတပါး
တို့က (ကပ်ရပ်၍) တောင်းခံလာသည်ရှိသော်။ အပ္ပမ္ဘိ၊ မိမိလက်
တွင် ထင်ရှားရှိဖွယ် အနည်းငယ်ကိုလည်း။ ဒဇ္ဇော၊ စေတနာ
သုံးတန် ညီညွတ်မှန်အောင် ရည်သန်ပေးလှူရာ၏။ ဧကေဟိ
တီဟိဌာနေဟိ၊ ဤသုံးပါးသော အကြောင်းတို့ကြောင့်။
ဒေဝါနံ၊ ကမ္မဇိန့်ရှိ မဟိဒ္ဓိဖြင့် ပကတ်ပျော်ပါး နတ်အများ
တို့၏။ သန္တိကေ၊ အထံသို့။ ဂစ္ဆေ၊ မကွယ်မထောင့် ဖြောင့်ဖြောင့်
မတ်မတ် ချဉ်းကပ်သွားရောက်ပေရာ၏။

ကိုယ်တိုင် မြင်ခဲ့ပြီမဟုတ်လောဟု မိန့်တော်မူ၍ “သစ္စံ ဘဏေ
န ကုဇ္ဈေယျ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၂၄။ အမှန်ပြောကြား	ပွားများမေတ္တာ၊
အနည်းငယ်မျှ	တောင်းကပေးရာ၊
ဤသုံးပါးပေါင်း	အကြောင်းကြောင့်ပါ၊
နတ်ထံရင်း	ကပ်ချဉ်း ရောက်တတ်ရာ။

224. One should utter the truth; one should not be angry; one should give even from a scanty store to him who asks; by these three things one may go to the presence of the gods.

စကားပြေ။ ။ (အကြင်သူသည်) မှန်သော စကားကို ပြောဆိုရ၏။
အမျက်မထွက် (မေတ္တာပွားလျက်) နေရ၏။ တောင်းခံ
လာသောသူကို အနည်းငယ်မျှ ကိုသော်လည်းပေးရ၏။ ဤသုံးပါးသော
အကြောင်းကြောင့် (ထိုသူသည်) နတ်တို့၏ အထံသို့ ချဉ်းကပ်ရ၏။

၁၇၇။ ဗုဒ္ဓ ပိတု မြာဟန္တ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်စောော်မြတ်သည် သာဓကတမြို့၌ နေတော်မူသောအခါ ပုဏ္ဏားကြီး သမီးခင်ပွန်းတို့သည် ဘုရားရှင်ကို တွေ့မြင် ကတည်းကပင် လျှင် ချစ်သား...အဘယ်အရပ်သို့ သွား၍နေသနည်း။ မိဘတို့သည် အိုမင်းမစွမ်းရှိပြီ ကြည့်ရှုပါဦးလော့ဟု လျှောက်၍ စုံမက်မြတ်နိုးစွာ ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး လုပ်ကျွေးပြုစု၏။ ဘုရားရှင်ကို တပါးသော သူတို့ ဖိတ်မန်သည်ရှိသော် ထိုပုဏ္ဏားကြီးကို ပန်ကြား၍ ဖိတ်မန်ရ ကုန်၏။ မြတ်စွာဘုရား ခမည်းတော် မယ်တော်ဟုတွင်၏။ ဘဝငါးရာ ပတ်လုံး မိဘ၊ ထိုမျှလောက်ပတ်လုံး မိထွေး ဘထွေး ဖြစ်ဘူးကုန်၏။

၂၂၅။ အဟိံသကာ ယေ မုနယော၊

နိစ္စံ ကာယေန သံဝုတာ၊

တေ ယန္တိ အစ္စုတံ ဌာနံ၊

ယတ္ထ ဂန္ဓာ န သောစရေ။

အနက်—

အဟိံသကာ၊ သူတပါးကို ဆင်းရဲအောင် မညှဉ်းဆဲတတ်သော ကိုယ်ရှိကုန်သော။ မုနယော၊ မဂ်ဖိုလ်ထုတ်လျောက်ရောက်ပြီးမည်ရ အသေကွမန်ဖြစ်ကုန်သော။ ယေ၊ အကြင်ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်တို့သည်။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။ ကာယေန၊ သံပါးခွါရ ပဓာနဆို၍သည့်ကိုယ်ဖြင့်။ သံဝုတာ၊ လုံခြုံတားဆီး စောင့်စည်းကုန်ပြီ။ တေ၊ ထိုသူတော်ကောင်းဟူသည်။ ယတ္ထ၊ အကြင် နိဗ္ဗာန်၌။ ဂန္ဓာ၊ ချုပ်ငြိမ်းသောမြောက် သွားရောက်၍။ န သောစရေ၊ ကြောင့်ကြည့်သိမ် မစိုးရိမ်ကုန်။ အစ္စုတံ၊ စုတေသဘော ရွှေ့လျော့ခြင်းမရှိသော။ တံ ဌာနံ၊ ထိုနိဗ္ဗာန်အရပ်သို့။ ယန္တိ၊ ဓမ္မသဘာဝ ရောက်ရကုန်ကော့သည်သာလျှင်တည်း။

မြတ်စွာဘုရား တရားကို မပြတ်နား၍ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်၍ ပရိ
နိဗ္ဗာန်ယူလေကုန်၏။ အဘယ်ဘုံ၌ ဖြစ်ရှာလေကုန်သနည်းဟု ရဟန်း
တို့ လျှောက်ရာတွင် “အဟိံသကာ ယေ မုနယော” စသော ဂါထာ
ကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၂၅။ ကိုယ်မညဉ်းဘိ	မုနိဖြစ်ခါ၊
အမြဲကိုဖြင့်	စောင့်စည်းလင့်ပါ၊
ကြင်နိဗ္ဗာန်ရပ်	ချဉ်းကပ်ရောက်ကာ၊
ကြောင့်ကြငြိမ်း	သေကိန်း လွတ်ကင်းရာ။

225. Those sages who are harmless, and are ever restrained in body, go to the deathless state, where gone they never grieve.

စကားပြေ။ ။(သူတပါးကို ဆင်းရဲအောင်) မညဉ်းဆဲတတ်သော
ကိုယ်ရှိကုန်သော အမြဲကိုယ်ဖြင့် စောင့်စည်းကုန်သော
(အသေကွမ္မနိ) ပညာရှိ ရဟန္တာ (သူတော်ကောင်း)တို့သည် စုတေ
သဘော ရွှေ့လျော့ခြင်းမရှိသော နိဗ္ဗာန်အရပ်သို့ ရောက်ကြကုန်၏။
ထိုသူတော်ကောင်း(ရဟန္တာ)တို့သည် အကြင်နိဗ္ဗာန်အရပ်သို့ရောက်လျှင်
ကြောင့်ကြညှိုးသိမ် မစိုးရိမ်ကြရတော့ပေ။

၁၇၈။ ပုဏ္ဏဒါသိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်၌ နေတော်မူသောအခါ
 နေရာခင်း သမ္ပုတိကို ရသော မလ္လာမင်းသား ဒဗ္ဗသည် လက်ညှိုးကို
 မီးထွန်းလျက် မဟန်းဘို့ကို လက်ညှိုးမီးရောင်ဖြင့် မိမိနှစ်သက်ရာသို့
 ဆောင်၍ နေရာခင်း၏။ ရာဇဂြိုဟ်သဌေး ကျွန်မ ပုဏ္ဏသည်လည်း စပါး
 ထောင်းရာမှ မြင်၍ ငါ့မှာ ဒုက္ခနှိပ်စက်သောကြောင့် မအိပ်ရေး၍ အရှင်
 တို့မှာ ညဉ့်နက်သန်းခေါင် အဘယ်ကိစ္စရှိ၍ သွားလာနေကြသနည်းဟု
 ကြံအောင်းမေ့၏။ နံနက်လ၌လည်း ဆန်ကွဲကွဲ ရေတွက်၍ မုန့်လက်
 ကောက်လုပ်၍ မီးဖုတ်ပြီးလျှင် မရေမက်ယင်းစားမုန့်ဟု ခါးပိုက်၌ထည့်၍
 ရေဆိပ်သို့လာ၏။ မြတ်စွာဘုရား ဆွမ်းခံကြွေကပ်မှုကာလည့်နှင့်ရင်ဆိုင်
 တွေ့သော် ရှိသေစွာ မုန့်သက်ကောက်လှ၏။ ဘုရားရှင်လည်း သပိတ်

၂၂၆။ သဒါ ဇာဂရမာနာနံ၊

အဟောရုတ္တာနုသိက္ခိနံ။

နိဗ္ဗာနံ အဓိမုတ္တာနံ၊

အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ အာသဝါ။

အနက်-

သဒါ၊ အခါခပ်သိမ်း။ ဇာဂရမာနာနံ၊ နိုးကြားတတ်ကုန်
 သော။ အဟောရုတ္တာနုသိက္ခိနံ၊ နေ့ညဉ့်ပတ်လုံး သိက္ခာသုံးရပ်
 ကျင့်သုံးတတ်ကုန်သော။ နိဗ္ဗာနံ၊ ကိလေသာခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်း
 မှုန့် ပြည်နိဗ္ဗာန်သို့။ အဓိမုတ္တာနံ၊ ညွတ်သော စိတ်ရှိကုန်သော
 သူတို့အား။ အာသဝါ၊ ယိုစီးဟတ်သော အာသဝတရားတို့သည်။
 အတ္ထံ၊ ကွာလျော့ချုပ်ပျောက်ခြင်းသို့။ ဂစ္ဆန္တိ၊ ရောက်ကုန်တော့
 သည်သာတည်း။

တော်ဖြင့် ခံတော်မူ၍ ထိုအရပ်၌ပင် ဘုဉ်းပေးတော်မူ၍ ပုဏ္ဏသင် ယမန်
နေ့ည ငါတပည့် သားတော်တို့ကို မြင်သဖြင့် အတယ်သို့ အကြံဖြစ်
သနည်းဟု မေးတော်မူလျှင် မိမိအောင်းမေ့သော အတိုင်း လျှောက်လေ
သော် ငါတို့တပည့်တို့သည် အခါခပ်သိမ်း နိုးကြားခြင်းနှင့် ယှဉ်
ကုန်၏ဟု မိန့်တော်မူ၍ “သမာ ဗာဂရမာနာနံ” စသော ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။ ကျွန်မ သောတာပန်တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၂၆။	အမြဲနိုးကြား	သုံးပါးသိက္ခာ၊
	နေ့ညဉ့်ပတ်လုံး	ကျင့်သုံးခါခါ၊
	နိဗ္ဗာန်ညွတ်လတ်	သူမြတ်တို့မှာ၊
	အာသဝေါ	ခွါလျော့ချုပ်ကုန်ရာ။

226. The Defilements of those who are ever vigilant, who train themselves day and night, who are wholly intent on Nibbāna, fade away.

စကားပြေ။ ။ အမြဲနိုးကြားကာ သိက္ခာသုံးပါး ကိုယ်ကျင့်တရားကို
နေ့ညဉ့်ပတ်လုံး ကျင့်သုံးလျက် နိဗ္ဗာန်သို့ ညွတ်သော
စိတ်ရှိသောသူတို့အား (ယိုစီးတတ်သော) အာသဝေါတရားတို့သည်
ခွါလျော့ ချုပ်ပျောက်ခြင်းသို့ ရောက်ကုန်၏။

၁၇၉။ အတုလဉ္စပါသက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အရှင်ရေဝတမဏေရ်ကိုလည်း စကားမပြော

၂၂၇။ ပေါရာဏမေတ် အတုလ၊

နေတ် အဇ္ဇတနာမိဝ၊

နိန္ဒန္တိ တုဏှိမာသိနံ၊

နိန္ဒန္တိ ဗဟုဘာဏိနံ။

မိတဘာဏိမိ နိန္ဒန္တိ၊

နတ္ထိ လောကေ အနိန္ဒိတော။

အနက်—

အတုလ၊ အို အတုလ။ ဧတံ၊ ဤကဲ့သို့ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချ ပြောဆိုကြ
ခြင်းသည်။ ပေါရာဏံ၊ ရှေးအခါကပင်ဖြစ်၏။ ဧတံ၊ ဤကဲ့ရဲ့
ရှုတ်ချခြင်းသည်။ အဇ္ဇတနာမိဝ၊ ယခုခဏ ဤကာလမှ ဖြစ်ပေါ်
လာဘိသကဲ့သို့၊ န၊ မမှတ်သင့်ချေ။ တုဏှိမာသိနံ၊ ငြိမ်ငြိမ် ဆိတ်
ဆိတ်နေသော သူတို့ကိုလည်း။ နိန္ဒန္တိ၊ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချကြကုန်၏။
ဗဟုဘာဏိနံ၊ အကျယ်တဝင့်ဖွင့်ဆိုရှည်လျား များစွာ ပြောဟော
သော သူတို့ကိုလည်း။ နိန္ဒန္တိ၊ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချကြကုန်၏။ မိတဘာ-
ဏိမိ၊ ကာလဒေသ ထောက်ဆတိုင်းစဉ် နှိုင်းယှဉ်၍ ပြောလေ့
ရှိသော သူတို့ကိုလည်း။ နိန္ဒန္တိ၊ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချကြကုန်၏။ လောကေ၊
လောက၌။ အနိန္ဒိတော၊ အကဲ့ရဲ့လွှတ်သောသူမည်သည်။ နတ္ထိ၊
မရှိတော့သည်သာလျှင်တည်း။

တုကိုဘော နေသည်ဟု ကဲ့ရဲ့သော၊ ရှင်သာရိပုတ္တရာကိုလည်း အဘိဓမ္မာ
ကို များစွာဟောလွန်းသည်ဟု ကဲ့ရဲ့သော၊ ရှင်အာနန္ဒာကိုလည်း စကား

၂၂၀။ န စာဟု န စ ဘဝိဿတိ၊
န စေတရဟိ ဝိဇ္ဇတိ။
ကေန္တံ နိဗ္ဗိတော ပေါသော၊
ကေန္တံ ဝါ ပသံသိတော။

အနက်—

ကေန္တံ၊ လုံးဝစင်စစ်။ နိဗ္ဗိတော၊ ကဲ့ရဲ့ခံအပ်သော။ ပေါသော
ဝါ၊ ယောက်ျားသည်၎င်း။ ကေန္တံ၊ လုံးဝစင်စစ်။ ပသံသိတော၊
ချီးမွမ်း ခံအပ်သော။ ပေါသော ဝါ၊ ယောက်ျားသည်၎င်း။
န စာဟု၊ ရှေးရှေးကလည်းမဖြစ်ခဲ့ဘူး။ န စ ဘဝိဿတိ၊ နောက်
အခါ၌လည်း ဖြစ်လိမ့်မည်မဟုတ်။ စေတရဟိ၊ ယခုလက်ငင်း
ပစ္စုပ္ပန်၌လည်း။ န စ ဝိဇ္ဇတိ၊ ရှိလည်းမရှိ။

မြန်မာကဗျာ

၂၂၁။ ဤကဲ့ရဲ့ခြင်း	ရှေ့ရင်းဖြစ်သည်၊
ယခုလက်ငင်း	ဖြစ်ခြင်း မမည်၊
ဆိက်ဆိတ်နေသော	ပြောဟောများသည်၊
နှိုင်းယှဉ်ပြော	သောသောကဲ့ရဲ့သည်။
ကဲ့ရဲ့လွတ်ဘူး	လူထူးမတည်၊
အတုလ	မှတ်ကြ ဤလူပြည်။

နည်းလွန်းသည်ဟု ကဲ့ရဲ့သော အတုလေ့ပာသကာကိုဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ

227. This, O Atula, is an old saying, it is not only of today: they blame those who sit silent, they blame those who speak too much; those speaking little too they blame; in this world no one is there unblamed.

စကားပြေ။ ။အို အတုလ...ဤကဲ့ရဲ့ခြင်းသည် ရှေးအပင်ဖြစ်၏။ ယခုမှ ဖြစ်သည်မဟုတ်။ ငြိမ်ငြိမ်ဆိတ်ဆိတ်နေသော သူတို့ကို လည်း ကဲ့ရဲ့ကုန်၏။ များစွာဟောပြောသောသူတို့ကိုလည်း ကဲ့ရဲ့ကုန်၏။ နှိုင်းယှဉ်၍(နည်းနည်း)ပြောသောသူတို့ကိုလည်း ကဲ့ရဲ့ကုန်၏။ ဤလောက ၌ ကြုံကြိုက်သမျှ ကဲ့ရဲ့မခံရသောသူ မည်သည်မရှိ။

ပြန်ကဗျာ

၂၂၀။ စင်စစ်ကဲ့ရဲ့	ချီးဝံ့အပ်သူ၊
ရွှေခါကလဲ	ဖြစ်မြဲမမှ၊
နောက်ခါတဆစ်	မဖြစ်တဆူ၊
ခုခါလဲ	ရှိပဲ မရှိဟူ။

228. There never was, there never will be, nor does there exist now, a person who is wholly blamed or wholly praised.

စကားပြေ။ ။စင်စစ်လုံးဝ ကဲ့ရဲ့ခံအပ်သော၊ စင်စစ်လုံးဝ ချီးမွမ်းအပ်သော ယောက်ျားတယောက်သည် ရှေးအခါကလည်း မဖြစ်ဘူး။ နောက်အခါ၌လည်း ဖြစ်လိမ့်မည်မဟုတ်။ ယခု ပစ္စုပ္ပန်၌လည်း မရှိ။

“ပေါရာဏမေတံ အတုလ” အစရှိသော လေးဂါထာကို ဟောတော်

၂၂၉။ ယံ စေ ဝိညူ ပသံသန္တိ၊
 အနုဝိစ္စ သုဝေ သုဝေ။
 အစ္ဆိဒ္ဓဝုတ္တိံ မေဓာဝိံ၊
 ပညာသီလသမာဟိတံ။

အနက်—

အစ္ဆိဒ္ဓဝုတ္တိံ၊ မပြတ်သော အသက်မွေးခြင်းရှိသော။ ဝါ၊
 အစဉ်မပြတ်ကျင့်အပ်သော အကျင့်ရှိသော။ ပညာသီလ သမာ-
 ဟိတံ၊ ပညာဂုဏ် သီလဂုဏ် သမာဓိဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံသော။
 မေဓာဝိံ၊ ပညာရှိသော။ ယံ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဝိညူ၊ ပညာ
 ခေါင်ထိပ် လှပဏှိတ်တို့သည်။ အနုဝိစ္စ၊ (ကဲ့ရဲ့ချီးမွမ်း နှစ်လမ်း
 သော အကြောင်းကို) ကေနိစင်စစ် ဝေဖန်ပိုင်းခြား၍။ သုဝေ
 သုဝေ၊ နေ့တိုင်း နေ့တိုင်း။ ပသံသန္တိ၊ ချီးမွမ်းကုန်၏။

၂၃၀။ နိက္ခံ ဇမ္ဗောနဒဿေ၊
 ကော တံ နိန္ဒိတုမရဟတိ။
 ဒေဝါပိ နံ ပသံသန္တိ၊
 ဗြဟ္မနာပိ ပသံသိတော။

အနက်—

တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုကဲ့သို့သော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကို။ ဇမ္ဗောနဒဿေ၊
 ဇမ္ဗူရပ် ရွှေစင်၏။ နိက္ခံ ဣဝ၊ တနိက္ခံကဲ့သို့ (တပိဿာခန့်ရှိသော
 ဇမ္ဗူရပ်ရွှေကဲ့သို့)။ ကော၊ အဘယ်သူသည်။ နိန္ဒိတု၊ ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချ
 ခြင်းငှါ။ အရဟတိ၊ စွမ်းနိုင်ပါအံ့နည်း။ နံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထို ပုဂ္ဂိုလ်ကို။
 ဒေဝါပိ၊ နတ်တို့သည်လည်း။ ပသံသန္တိ၊ ချီးမွမ်းအံ့သြ ထောမနာ
 ကြကုန်၏။ ဗြဟ္မနာပိ၊ မဟာဂူတာ ဈာန်ချမ်းသာဖြင့် ကြီးစွာ
 ဖန်ဆင်း ဗြဟ္မာမင်းသည်လည်း။ ပသံသိတော၊ ချီးမွမ်းအံ့သြ
 ထောမနာ အပ်သည်သာလျှင်တည်း။

မူ၏။ အတုလနှင့်တကွ ဒါယ သာ ငါးရာ သောတာပန်တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၂၉။ အစဉ်မပြတ် ကျင့်အပ်သူမ္မာ၊
 ပညာသီလ ပြည့်ဝ၍သာ၊
 ပညာခေါင်ထိပ် ပဏ္ဍိတ်များစွာ၊
 စိစစ်ပိုင်း နေ့တိုင်းချီးမွမ်းတာ။

229. The intelligent examining day by day, praise him who is of flawless life, wise, and endowed with knowledge and virtue.

စကားပြေ။ ။ အစဉ်မပြတ် ကျင့်အပ်သော (အပြစ်ကင်းသော) အကျင့် ရှိသော ပညာဂုဏ် သီလဂုဏ်နှင့် ပြည့်စုံ၍ ပညာရှိသော အကြွင်းသို့သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ပညာခေါင်ထိပ် လူပဏ္ဍိတ်တို့သည် ကေနိစင်စစ် ပိုင်းခြားဝေဖန်၍ နေ့တိုင်း ချီးမွမ်းကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၃၀။ ရွှေစင်နိက္ခ တူလှသူကို၊
 ဘယ်သူတွေများ ပြစ်ထားဆိုလို၊
 နတ်သိကြားများ မြှောက်စား ပြောဆို၊
 ဗြဟ္မာလဲ အမြဲချီးမွမ်းပို့။

230. Who deigns to blame him who is like refined gold? Even the gods praise him; by Brahmā too is he praised.

စကားပြေ။ ။ (အဖိုးထိုက်ကန်သော) ဇမ္ဗူ့ဆိုင် ရွှေစင်နှင့်တူသော သူကို အဘယ်သူသည် ကဲ့ရဲ့ခြင်းငှါ စွမ်းနိုင်ပါအံ့နည်း။ ထို့ ပုဂ္ဂိုလ်ကို နတ် ဗြဟ္မာတို့သည်လည်း ချီးမွမ်းကုန်၏။

၁၈၀။ ဆဗ္ဗဂ္ဂိယ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်ဟော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ တောင်ဝှေး တဘက်တချောင်း ထောက်၍
သစ်သားဖိနပ်ကိုစီးလျက် စင်္ကြံသွားကုန်သော ဆဗ္ဗဂ္ဂိရဟန်းတို့ကို

၂၃၁။ ကာယပ္ပကောပံ ရက္ခေယျ၊
ကာယေန သံဝုတော သိယာ။
ကာယဒုစရိတံ ဟိတော၊
ကာယေန သုစရိတံ စရေ။

အနက်—

ကာယပ္ပကောပံ၊ ကိုယ်ခန္ဓာကြီး၏ ပျက်စီးကြောင်းဖြစ်သော
ကာယဒုစရိတ်သုံးပါးကို။ ရက္ခေယျ၊ စောင့်ရှောက်ရ၏။
ကာယေန၊ ကိုယ်ဖြင့်။ သံဝုတော၊ (ဖြစ်ပွားသော ဒုစရိတ်တရား
ကို) တားမြစ်ပိတ်ပင်သည်။ သိယာ၊ ဖြစ်ရ၏။ ကာယဒုစရိတံ၊
ကိုယ်၌ ဖြစ်ကြောင်း မခကောင်းသောအကျင့်ကို။ ဟိတော၊ စွန့်ပယ်
ပြီးလျှင်။ ကာယေန၊ ကိုယ်ဖြင့်။ သုစရိတံ၊ ကုသိုလ်ဖြစ်ကြောင်း
ကောင်းသော အကျင့်ကို။ စရေ၊ ကျင့်ရ၏။

ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ကာယပ္ပဒကောပံ ရက္ခေယျ” အစရှိသော
လေးဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

၂၃၂။ ဝစီပကောပံ ရက္ခေယျ၊
ဝါစာယ သံဝုတော သိယာ။
ဝစီဒုစရိတ်ံ ဟိတုာ၊
ဝါစာယ သုစရိတ်ံ စရေ။

အနက်—

ဝစီပကောပံ၊ နှုတ်၏ပျက်စီးကြောင်းဖြစ်သော ဝစီဒုစရိတ်ံ
လေးပါးကို။ ရက္ခေယျ၊ စောင့်ရှောက်ရ၏။ ဝါစာယ၊ နှုတ်ဖြင့်။
သံဝုတော၊ လေးပါးဒုစရိတ်ံ အမှိုက်မဝင် ပိတ်ပင်တားမြစ်ခြင်း
သည်။ သိယာ၊ ဖြစ်ရာ၏။ ဝစီဒုစရိတ်ံ၊ လေးပါးအမှိုက် ဝစီ
ဒုစရိတ်ံကို။ ဟိတုာ၊ စွန့်ပယ်ပြီးလျှင်။ ဝါစာယ၊ နှုတ်ဖြင့်။
သုစရိတ်ံ၊ ကုသိုလ်ဖြစ်ကြောင်း စောင်းသောအကျင့်ကို။ စရေ၊
ကျင့်ရာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၃၃။ ကိုယ်ခန္ဓာကြီး ပျက်စီးကြောင်းသာ၊
သုံးသုစရိတ်ံ စောင့်ထိုက်စောင့်ရာ၊
ကိုယ်ဖြင့် ဒုစရိတ်ံ စွန့်လိုက်ပြီကာ၊
ကောင်းသောကျင့် ကိုယ်ဖြင့် ပြုကျင့်ရာ။

231. One should guard against misdeeds (caused by)
body, and one should be restrained in body; giving up
evil conduct in body, one should be of good bodily
conduct.

စကားဖြေ။ ။ ကိုယ်ခန္ဓာကြီး၏ ပျက်စီးကြောင်းဖြစ်သော ကာယ
ဒုစရိတ်ံ (ကုသိုလ်) သုံးပါးကို စောင့်ရှောက်ရာ၏။
ကိုယ်ဖြင့်ဖြစ်ပွားသော ဒုစရိတ်ံတရားကို တားမြစ်ပိတ်ပင်ရာ၏။ ကိုယ်ဖြင့်
ဒုစရိတ်ံတရားကို စွန့်ပယ်ပြီးကာ ကိုယ်ဖြင့် ကောင်းသောအကျင့်
(သုစရိတ်ံ)ကို ကျင့်သုံးရာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၃၂။ နှုတ်မစောင့်စည်း ပျက်စီးကြောင်းသာ၊
 ဝစီကံလေး မနွေး စောင့်ရာ၊
 နှုတ်ဖြင့်ဒုစရိုက် စွန့်လိုက်ပြီးကာ၊
 ကောင်းသောကျင့် နှုတ်ဖြင့် ပြုကျင့်ရာ။

232. One should guard against misdeeds (caused by) speech, and one should be restrained in speech; giving up evil conduct in speech, one should be of good conduct in speech.

စကားပြေ။ ။ နှုတ်၏ ပျက်စီးကြောင်းဖြစ်သော ဝစီဒုစရိုက် (ဝစီကံ) လေးပါးကို စောင့်ရှောက်ရ၏။ နှုတ်ဖြင့်လေးပါး ဒုစရိုက် အမှိုက်မဝင်အောင် ပိတ်ပင်တားမြစ်ရ၏။ နှုတ်ဖြင့်လေးပါး အမှိုက် ဒုစရိုက်ကို စွန့်ပယ်ပြီးလျှင် နှုတ်ဖြင့် ကောင်းသောအကျင့် (သုစရိုက်) ကို ကျင့်သုံးရ၏။

၂၃၃။ မနောပကောပံ ရက္ခေယျ၊
 မနုဿ သံဝုတော သိယာ။
 မနော ဒုစရိတ်ံ ဟိတုာ၊
 မနုဿ သုစရိတ်ံ စရေ။

အနက်— မနောပကောပံ၊ စိတ်၏ဆုံးရှုံး ပျက်ပြုန်းခြင်း၏ အကြောင်း ဖြစ်သော မနောဒုစရိုက်လုံးပါးကို ရက္ခေယျ၊ စောင့်ရှောက် ရ၏။ မနုဿ၊ စိတ်ဖြင့်။ သံဝုတော၊ ဒုစရိုက်တရား မပွားမဝင် ပိတ်ပင်တားမြစ်ခြင်းသည်။ သိယာ၊ ဖြစ်ရ၏။ မနောဒုစရိတ်ံ၊ စိတ်၌ဖြစ်ကြောင်း မကောင်းအမှိုက် ဒုစရိုက်ကို၊ ဟိတုာ၊ စွန့်ပယ် ပြီးလျှင်။ မနုဿ၊ စိတ်ဖြင့်။ သုစရိတ်ံ၊ ကုသိုလ်ဖြစ်ကြောင်း ကောင်းသောအကျင့်ကို။ စရေ၊ ကျင့်ရ၏။

misdeeds (caused by) speech နှုတ်ဖြင့်ဖြစ်သောမှားယွင်းမှုများ
 (ဝစီဒုစရိုက်လေးပါး)

giving up evil conduct in speech နှုတ်ဖြင့် ဒုစရိုက်ကိုစွန့်ပယ်ပြီးလျှင်

၂၃၄။ ကာယေန သံဝုတာ ဓီရာ၊
 အထော ဝါစာယ သံဝုတာ။
 မနသာ သံဝုတာ ဓီရာ၊
 တေ ဝေ သုပရိသံဝုတာ။

အနက်—

ယေ ဓီရာ၊ အကြင်ပညာရှိတို့သည်။ ကာယေန၊ ကိုယ်ဖြင့်။
 သံဝုတာ၊ ပါဏာတိပါတ စသည်အမှု မပြုမိကြောင်း ကောင်း
 စွာ ပိတ်ပင်စောင့်စည်းကုန်၏။ အထော၊ ထိုမြို့။ ဝါစာယ၊
 နှုတ်ဖြင့်။ သံဝုတာ၊ မုသာဝါဒ စသည်အမှု မပြုမိအောင်
 ရှောင်ကြဉ် စောင့်စည်းကုန်၏။ မနသာ၊ စိတ်ဖြင့်။ သံဝုတာ၊
 အဘိဇ္ဈာစသည် မကြံစည်မိအောင် ကြဉ်ရှောင် စောင့်စည်းကုန်
 ၏။ တေ ဓီရာ၊ ထို ပညာရှိတို့သည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။ ဣဓ လောကသို့၊
 ဤလောက၌။ သုပရိသံဝုတာ၊ ကောင်းစွာမပျက် ထက်ဝန်းကျင်မှ
 စောင့်ရှောက်အပ်သည် ဖြစ်ကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၃၃။ စိတ်၏ဆုံးရှုံး ပျက်ပြုန်းကြောင်းသာ၊
 မနောကံဆုံး မဆုံးစောင့်ရာ၊
 စိတ်ဖြင့် ဒုစရိုက် စွန့်လိုက်ပြီးကာ၊
 ကောင်းသောကျင့် စိတ်ဖြင့်ပြုကျင့်ရာ။

233. One should guard against misdeeds (caused by) mind, and one should be restrained in mind; giving up evil conduct in mind, one should be of good conduct in mind.

စကားပြေ။ ။ စိတ်ဆုံးရှုံး ပျက်ပြုန်းခြင်း၏ အကြောင်းဖြစ်သော
 မနောဒုစရိုက် (မနောကံ) သုံးပါး ကို စောင့်ရှောက်ရာ
 ၏။ စိတ်ဖြင့် ဒုစရိုက်တရား ပွားများစေအောင် ပိတ်ပင်တားမြစ်ရာ၏။
 စိတ်ဖြင့် ဒုစရိုက်ကို ငယ်စွန့်ပြီးလျှင် စိတ်ဖြင့် ကောင်းသောအကျင့်
 (သုစရိုက်) ကြံစည်ကျင့်သုံးရာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၃၄။ ပညာရောင်ဖိတ်	ပဏ္ဍိတ်ဖုံဖုံ၊
ကိုယ်နှုတ်စိတ်လုံး	စောင့်သုံး အပ်ကုန်၊
ထို ပညာရှိ	ကပ်လုံးစုံ၊
ဝန်းကျင်မှ	ကောင်းစွာစောင့်စည်းကုန်။

234. The wise are restrained in deed; in speech, too they are restrained; they are restrained in mind as well; yea, they are fully restrained.

စကားပြေ။ ။ ပညာရှိတို့သည် ကိုယ်ဖြင့် (သု၊ သက်သတ်မှု မပြုမိ အောင် စောင့်စည်းကုန်၏။ နှုတ်ဖြင့် (လိမ်ညာမပြော မိအောင်) ရှောင်ကြဉ် စောင့်စည်းကုန်၏။ စိတ်ဖြင့် (အဘိဇ္ဈာ) သူ့ဥစ္စာ ကို ကိုယ်ဥစ္စာဖြစ်အောင် ကြံစည်မှုကို မကြံစည်မိအောင် စောင့်စည်း ကုန်၏။ ထိုပညာရှိတို့သည် စင်စစ် ထက်ဝန်းကျင်မှ ကောင်းစွာ စောင့်စည်းကုန်၏။

ကောဝေဂ်—အမျက်အုပ်စု ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း ၁၈။

မလဝဂ်-အညစ်အကြေး အုပ်စု

၁၈၁။ ဂေါသတက ဗုတ္တ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သာဝတ္ထိပြည်တွင် နွားသတ်၍ အသက်မွေး
သော သူ၏ သားသည် အဖေ သေခါနီး ကာလ၌ နွားကဲ့သို့

၂၃၅။ ပဏ္ဍုပလာသောဝ ဒါနိသိ၊
ယမပုရိသာပိ စ တေ ဥပဋ္ဌိတာ။
ဥယျောဂမုခေ စ တိဋ္ဌသိ၊
ပါဏေယျမိ စ တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

အနက်—

ဥပသက၊ ဒါယကာ။ ဒါနိ၊ ယခုအခါ၌။ တံ၊ သင်သည်။
ပဏ္ဍုပလာသောဝ၊ အညွှာကြွေပျက် မြေ၌သက်သော ဖက်ရွက်
လျော်ကဲ့သို့။ အသိ၊ ဖြစ်ချေပြီ။ ယမပုရိသာပိ စ၊ သေမင်း၏
တမန်တို့သည်လည်း။ တေ၊ သင့်အား။ ဝါ၊ သင်၏ထံပါး၌။
ဥပဋ္ဌိတာ၊ တည်လာကုန်ပြီ။ ဝါ၊ အနီးကပ်မြင် ရွှေ့ရှုထင်ကုန်
ပြီ။ ဥယျောဂမုခေ စ၊ ဆုတ်ယုတ်ပျက်ခြင်း ခံတွင်းပ၌လည်း။
ဝါ၊ သေပေါက်ဝ၌လည်း။ တိဋ္ဌသိ၊ တည်ခဲ့ချေပြီ။ တေ၊ သင့်
အား။ ပါဏေယျမိ စ၊ ကမလွန်သံသရာ ကျင်လည်ခါ၌ သုံးစွဲ
ရာ ဖြစ်သော (ကောင်းမှုတည်းဟူသော) ရိက္ခာ သည်လည်း။
န ဝိဇ္ဇတိ၊ မရှိခဲ့ချေပြီတကား။

အော်လျက် ကြောက်မက်ဖွယ်ဖြစ်သည့်ကို မြင်၍ တက္ကသိုလ်ပြည်သို့
ထွက်ပြေးလျက် ရွှေပန်းထိမ်အတက်ကို သင်ပြီးလျှင် သားမယားမွေး၍

၂၃၆။ သောကရောဟိ ဒီပမတ္တနော၊
ခိပ္ပံ ဝါယမ ပဏ္ဍိတော ဘဝ။
နိဒ္ဒန္တမလော အနဂဏော၊
ဒိဗ္ဗံ အရိယဘူမိံ ဥပေဟိသိ။

အနက်—

သောတံ၊ ထိုသင်သည်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ ဒီပံ၊ မှီခိုထောက်
တယ် ကျန်းကြီးသဖွယ်ဖြစ်သော ကုသိုလ်ကောင်းမှုကို။ ကရော-
ဟိ၊ ပြုလုပ်ပါလေလော။ ခိပ္ပံ၊ လျင်မြန်စွာ။ ဝါယမ၊ လုံ့လ
ပြုပါလော။ ပဏ္ဍိတော၊ ပညာရှိသောသူသည်။ ဘဝ၊ ဖြစ်ပါ
လော။ နိဒ္ဒန္တမလော၊ ပယ်ထုတ်အပ်ပြီးသော အကုသိုလ်အညစ်
အကြေးရှိသည်။ အနဂဏော၊ ကိလေသာမရှိသည်။ ဟုတ္တာ၊
ဖြစ်၍။ အရိယဘူမိံ၊ ပြုစင်လှစွာ အရိယာတို့၏ နေရာဖြစ်သော။
ဒိဗ္ဗံ (သုဒ္ဓါဝါသ) ဗြဟ္မာဘုံသို့။ ဥပေဟိသိ၊ ကပ်ရောက်ရပေလတ္တံ။

မြန်မာကဗျာ

၂၃၅။ ဖက်ရွက်ယော်လား	သင့်အားဖြစ်ပြီ၊
သေမင်းတမန်	သင့်ထံနီးသည်၊
သေပေါက်လမ်းဝ	သင်က ရောက်ပြီ၊
ကုသိုလ်ထုပ်	အဟုတ်လိုသေးသည်။

235. Like a withered leaf are you now; the messengers
of death wait on you. On the threshold of decay you
stand.

like a withered leaf	ဖက်ရွက်ရော်ကဲ့သို့
the messengers	သေမင်းတမန်တို့သည်
wait on you	ထံပါး၌စောင့်နေ (တည်နေ) လေပြီ
on the threshold of decay	သေပေါက်ဝ၌

နေ၏။ ထိုရွှေပန်းထိမ်သည်၏အား-သမီးတို့သည် အရွယ်သို့ရောက်သော
အခါ သာဝတ္ထိပြည်သို့လာ၍ နေလေကုန်၏။ သဒ္ဓါတရားနှင့်ပြည့်စုံကြ

စကားပြေ။ ဖက်ရွက်ယောင်ကဲ့သို့ ယခုအခါ သင်ဖြစ်ချေပြီ။ သေမင်း
တမန်တို့သည် သင်၏အနီးထံပါး၌ စောင့်နေလေပြီ။
သေပေါက်ဝ၌ တည်ခဲ့ချေပြီ။ (ကောင်းမှုတည်းဟူသော) ခိုကွာလည်း
သင့်အား ဘာမျှမရှိသေးချေ တကား။

မြန်မာကဗျာ

၂၃၆။ ကျွန်းကြီးပမာ	မှီရာ ကုသိုလ်၊
ဆောလျင်လုပ်ဘိ	ပဏ္ဍိဖြစ်လို၊
ကိလေညစ်ကြေး	ကင်းပေးသကို၊
ဗြဟ္မာနတ်	ချဉ်းကပ်ရမည်ဆို။

236. Make an island unto yourself; strive quickly;
become wise; purged of stain and passionless, you shall
enter the heavenly stage of the Ariyas.

စကားပြေ။ ။ သင်သည် မိမိ၏ မှီရာကျွန်းကြီးသဖွယ်ဖြစ်သော ကုသိုလ်
ကောင်းမှုကိုပြုပါလော့။ ဆောလျင်မြန်စွာ လုံ့လထုတ်
ပါလော့။ ပညာရှိဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပါလော့။ ထုတ်ပယ်အပ်ပြီးသော
အညစ်အကြေးရှိသည်ဖြစ်၍ ကိလေသာ ကင်းစင်လျှင်သင်သည် အရိယာ
တို့ နေရာတုံ့ငှာနဖြစ်သော (သုဒ္ဓါဝါသ) ဗြဟ္မာဘုံသို့ ကပ်ရောက်ရ
ပေလတ္တံ့။

purged of stain	ထုတ်ပယ်အပ်ပြီးသောအညစ်အကြေးရှိသည်
passionless	ကိလေသာမှ ကင်းစင်လျှင်

ကုန်၏။ ဘုရားအမှူးရှိသော သံဃာကိုပင့်၍ အိုမင်းမစွမ်းရှိသော

၂၃၇။ ဥပနိတဝယော စ ဒါနီသိ၊
သမ္ပယာတောသိ ယမဿ သန္တိကံ။
ဝါသော တေ နတ္ထိ အန္တရာ၊
ပါထေယျမ္ပိ စ တေ န ဝိဇ္ဇတိ။

အနက်-- ဥပသကာ၊ ဒါယကာ။ ဒါနီ၊ ယခုအခါ၌။ တံ၊ သင်သည်။
ဥပနိတဝယော စ၊ အသက်အားနည်း လွန်ပြီးသော အရွယ်
ရှိသည်လည်း။ အသိ၊ ဖြစ်ပြီ။ ယမဿ၊ သေမင်း၏။ သန္တိကံ၊
ထံမှောက်သို့။ သမ္ပယာတော၊ သွားချိန်ရောက်သည်။ အသိ၊
ဖြစ်ပြီ။ တေ၊ သင့်အား။ အန္တရာ၊ ခရီးအကြား၌။ ဝါသော ပီစ၊
ဆိုင်းငံ့နေစရာသည်လည်း။ နတ္ထိ၊ မရှိချေ။ တေ၊ သင့်အား။
ပါထေယျမ္ပိ စ၊ သံသရာလမ်း ခရီးကြမ်း၌ မနှမ်းမနယ်
သုံးဆောင်ဖွယ် ရိက္ခာသည်လည်း။ န ဝိဇ္ဇတိ၊ မရှိခဲ့ချေတကား။

၂၃၈။ သော ကရောဟိ ဒီပမတ္တနော၊
ခိပ္ပံ ဝါယမ ပဏ္ဍိတော ဘဝ။
နိဒ္ဒန္တမလော အနဂ်ဏော၊
န ပုနံ ဇာတိဇရံ ဥပေဟိသိ။

အနက်-- သော တံ၊ ထိုသင်သည်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ ဒီပံ၊ မှီခိုထောက်
ကွယ် ကျန်းကြီးသဖွယ်ဖြစ်သောကုသိုလ်ကောင်းမှုကို။ ကရောဟိ၊
ပြုပါလော။ ခိပ္ပံ၊ လျင်မြန်စွာ။ ဝါယမ၊ လုံ့လ ပြုပါလော။
ပဏ္ဍိတော၊ ကျိုးကြောင်းမြင်သိ ပညာရှိလောသည်။ ဘဝ၊
ဖြစ်ပါလော။ နိဒ္ဒန္တမလော၊ ဂယ်ထုတ်အပ်ပြီးလော အကုသိုလ်
အညစ်အကြေးရှိသည်။ အနဂ်ဏော၊ ညစ်နွမ်းကြောင်းသာ
ကိလေသာမရှိသည်။ ဟုတွာ၊ ဖြစ်၍။ ပုနံ၊ အဖန်တလဲလဲ။
ဇာတိဇရံ၊ ဝဋ်သန္ဓေတည်နေရခြင်း အိုရခြင်းသို့။ န ဥပေဟိသိ၊
မကပ်ရောက်ရပေလတ္တံ့။

အဘကိုခေါ်၍ တရားနာစေ၏။ ဘုရားရှင်သည် အနုမောဒနာပြုသော
အားဖြင့် စာရားဟောခြင်းငှါ “ပဏ္ဍုပလာသော ဝဒါနိသိ” အစ
ရှိသော လေးဂါထာကို ဟောဘော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၃၇။ အရွယ်ဆုတ်နစ် သင်ဖြစ်ချေပြီ၊
သေမင်းထံမှောက် သင်ရောက်နေပြီ၊
လမ်းခရီးကြား ရပ်နားမတည်၊
ကုသိုလ်ထုပ် အလုတ်လိုသေးသည်။

237. Your life has come to an end now; to the presence of death you are setting out. No halting place is there for you by the way. Provision too there is none for you.

စကားပြေ။ ။ ယခု သင်၏ အသက်အရွယ်သည် ဆုတ်နစ်သော အရွယ်
သို့ ရောက်ချေပြီ။ သေမင်း၏ ထံမှောက်သို့ သင်သွားချိန်
ရောက်နေလေပြီ။ သင့်အတွက် လမ်းခရီးကြားမှာ ဆိုင်းငံ့နားနေစရာ
မရှိတော့ပြီ။ သင့်အဖို့ (သံသရာလမ်းခရီးကြမ်း၌ မနွမ်းမနွယ် သုံးဆောင်
ဖွယ်) ကောင်းမှုရှိကွာလည်း ဘာမှ မရှိလေးပါ တကား။

to an end now	ယခုဆုတ်နစ်သောအရွယ်သို့
to presence of death	သေမင်းထံမှောက်သို့
you are setting out	သွားချိန်ရောက်ချေပြီ
halting place	ဆိုင်းငံ့စရာနေရာ
by the way	ခရီးလမ်းအကြား၌

မြန်မာကဗျာ

၂၃၈။ မိမိမှီရာ ကျွန်းသာကုသိုလ်၊
 ပညာရှိဖြစ် အေးသစ်မြန်ပို၊
 ကိလေညစ်ကြေး ကွာဝေးစေလို၊
 သန္ဓေကင်း အိုမင်းမရှိဆို။

238. Make an island unto yourself. Strive without delay; fast; become wise. Purged of stain and passionless, you will not come again to birth and old age.

စကားပြေ။ ။ သင်သည် မိမိမှီရာ ကျွန်းကြီးသဖွယ်ဖြစ်သည့် ကုသိုလ်
 ကောင်းမှုကို ပြုပါလော့။ လျင်မြန်စွာ ကြိုးပမ်းအား
 ထုတ်လော့။ ပညာရှိဖြစ်အောင် ပြုလုပ်ပါလော့။ ထုတ်ပယ်ပြီးသော
 အညစ်အကြေးရှိသည်ဖြစ်၍ ကိလေသာမှ ကင်းစင်လျှင် သင်သည်
 ပဋိသန္ဓေနေရခြင်း၊ အိုခြင်းသို့ မရောက်နိုင်တော့ပေ။

၁၈၂။ အညတရဌာဟူဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရဟန်းတို့ ဆွမ်းခံဝံ့အံ့သောငှါ သင်္ကန်းရုံရာ
အရပ်၌ မြက်သုတ်သင်ခြင်း သဲဖြူခင်းခြင်း မဏ္ဍပ်ဆောက်ခြင်းကို
ပြုသော ပုဏ္ဏားတယောက်သည် နောက်ဆုံး၌ မဏ္ဍပ်နေရာဝယ် ဇရပ်
ကို ဆောက်ပြီးလျှင် သာဓုခေါ်အပ်သောနေ့၌ ဘုရားအမှူးရှိသော

၂၃၉။ အနုပုဗ္ဗေန မေဓာဝီ၊

ထောက် ထောက် ခဏေ ခဏေ။

ကမ္မာရော ရဇတဿေဝ၊

နိဗ္ဗမေ မလမတ္တနာ။

အနက်—

ကမ္မာရော၊ ပန်းထိမ်သည်သည်။ ရဇတဿ၊ ငွေ၏။ မလံ၊ အညစ်
အကြေးကို။ နိဗ္ဗမေ ဣဝ၊ ကပြည်းဖြည်း ပယ်ထုတ်သကဲ့သို့။
ဝေံ တထာ၊ ထို့အတူ။ မေဓာဝီ၊ ကျိုးကြောင်းမြင်သိ ပညာရှိ
သည်။ အနုပုဗ္ဗေန၊ အစဉ်အတိုင်းအားဖြင့်။ ထောက် ထောက်၊
အတန်ငယ် အတန်ငယ်။ ခဏေ ခဏေ၊ ပြုလုပ်လိုသင့် အခွင့်ရတိုင်း
အခွင့်ရတိုင်း။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ သန္တာနေ၊ သန္တာန်၌။
ဝိဇ္ဇမာနံ၊ ထင်ရှားရှိသော။ မလံ၊ ရာဇရှိ ညစ်နွမ်းဘိသော
ကိလေသာအညစ်အကြေးကို။ နိဗ္ဗမေယျ၊ ပယ်ရှားထုတ်နှုတ်
သုတ်သင်ပေရာ၏။

သံဃာတို့ကို ပင့်၍ ဆွမ်းလုပ်ကျွေး၏။ ဘုရားရှင်သည် အနုမောဒနာ ပြုခြင်းငှါ “အနုပုဗ္ဗေန မေဓာဝီ” စသော ဂါထာကို ဟောတော် မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၃၉။ ပညာညဏ်ရင့်	စဉ်လင့်တန်ငယ်၊
ခဏတိုင်းဆို	သဏ္ဌာန်ကိုယ်ဝယ်၊
အမှန်ထုတ်ပစ်	ကိလေညစ်ကျယ်၊
ငွေ့အညစ်	ထုတ်ပစ် ပန်းထိမ်နယ်။

239. By degrees a wise man, little by little, from time to time, should remove his own impurities, as a smith removes (the dross) of silver.

စကားပြေ။ ။ ငွေ့ပန်းထိမ်သည်သည် ငွေ့၏အညစ်အကြေးကို တဖြည်းဖြည်း ထုတ်သကဲ့သို့ ကျိုးကြောင်းမြင်သိ ပညာရှိသည် အစဉ်သဖြင့် အတန်ငယ် အတန်ငယ် ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း (အခွင့်ရတိုင်း) မိမိသဏ္ဌာန်၌ ထင်ရှားရှိသော ကိလေသာအညစ်အကြေးကို ပယ်ရှားထုတ်ပယ်ရ၏။

By degrees	အစဉ်အတိုင်းအားဖြင့်
little by little	အနည်းငယ် (အတန်ငယ်)
from time to time	ခဏတိုင်း ခဏတိုင်း

၁၈၃။ တိဿတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ တိဿမထေရ်သည် နှမက ကပ်သော သင်္ကန်း
သစ်ကို နက်ဖြန်ရုံအံ့ဟု ခေါက်၍ သင်္ကန်းတန်း၌ တင်ထားပြီးသော်
ထိုခဏ၌ ရောက်သောရောဂါဖြင့်သေ၍ သင်္ကန်း၌ တပ်သောတဏှာ
ကြောင့် ထိုသင်္ကန်း၌ သန်းဖြစ်၍ ရဟန်းတို့ သင်္ကန်းဝေဖန်အပ်သော
ကာလ သင်္ကန်းပေါ်၌ပြေး၍ ငါ့သင်္ကန်းကို မလုယက်ကုန်လင့်ဟု မြည်
ကမ်းသည်ကို ဘုရားရှင်ကြားသိဟောမူ၍ ခုနစ်ရက်လွန်လျှင် သင်္ကန်း
ကို ဝေဖန်ကြလေ့ဟု မိန့်တော်မူသည်။ ခုနစ်ရက်လွန်လျှင် သန်း

၂၄၀။ အယသာဝ မလံ သမုဋ္ဌိတံ၊
တတုဋ္ဌာယ တမေဝ ခါဒတိ။
ဧဝံ အတိဇောနစာရိနံ၊
သာနိ ကမ္မာနိ နယန္တိ ဒုဂ္ဂတိံ။

အနက်—

မလံ၊ အညစ်အကြေးဖြစ်သော သံချေးသည်။ အယသာဝ၊
သံမှသာလျှင်။ သမုဋ္ဌိတံ၊ ဖြစ်ပေါ်လာ၏။ တတော၊ ထိုသံမှ။
ဥဋ္ဌာယ၊ ထပြီးလျှင်။ တမေဝ၊ ထိုသံကိုသာလျှင်။ ခါဒတိ ယထာ၊
စားလေသကဲ့သို့။ ဧဝံ တထာ၊ ထိုအထူ။ အတိဇောနစာရိနံ၊
ပစ္စည်းလေးပါးကို မဆင်မခြင် လွန်ကျူး၍ကျင့်သော ရဟန်းတို့
ကို။ သာနိ ကမ္မာနိ၊ မိမိအမှု မကောင်းမှု အကုသိုလ်တရားတို့သည်။
ဒုဂ္ဂတိံ၊ အပါယ်လေးဝ ဒုဂ္ဂတိဘဝသို့ ရောက်အောင်။ နယန္တိ၊
ပို့ဆောင်တတ်ကုန်၏။

ဘဝမှစတင်၍ တုသိတာနတ်ပြည်၌ဖြစ်လေ၏။ အဘယ်ကြောင့် ခုနစ်
ရက်လွန်မှ ဝေဖန်သနည်းဟု ရဟန်းတို့ မေးလျှောက်သော် ဤ
အကြောင်းကို မိန့်တော်မူ၍ “အယသာဝမလံ သမုဋ္ဌာယ” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၄၀။ သံချောင်းမှဖြစ်	သံချေးညစ်ဟာ၊
သံပေါ်ဖြစ်လဲ	သံပဲစားတာ၊
ထိုနည်းအလား	လေးပါး ပစ္စာ၊
လွန်ကျူးကျင့်	မသင့်သွင်းသူမှာ၊
ထို အပြစ်	ရောက်လစ် ပါယ်လေးရွာ။

240. As rust sprung from iron, eats itself away when
arisen; even so his own deeds lead the transgressor to
states of woe.

စကားပြေ။ ။ သံမှဖြစ်ပေါ်လာသော သံချေးသည် သံမှဖြစ်ပေါ်လာ
ကာ ထိုသံကိုပင် စားသကဲ့သို့ ထိုနည်းတူစွာ (ပစ္စည်း
လေးပါးကို မဆင်မခြင်) လွန်ကျူး၍ကျင့်သော ရဟန်းကို မိမိအမှု
မကောင်းမှု အကုသိုလ်တရားတို့သည် အပါယ်လေးဝ (ဒုဂ္ဂတိဘုံဘဝ
အထိ) ပို့ဆောင်တတ်ကုန်၏။

rust	သံချေး
sprung	ဖြစ်ပေါ်လာသော(ခုန်ထွက်သော)
transgressor	လွန်ကျူး၍ကျင့်သောသူ(ရဟန်း)
to states of woe	ဒုဂ္ဂတိဘုံသို့

၁၈၄။ လာဠုဒါယီဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ လာဠုဒါယီမထေရ်သည် ရှင်သာရိပုတ္တရာ
ရှင်မောဂ္ဂလာန်တို့ကို ငြူစု၍ မိမိကိုယ်ကို တရားဟောတတ်ဟန်ပြောဆို
၍ တရားဟောခါနီး၌ ဟောစရာတရား တစုံတခုကိုမျှ ရှာမရ၍

၂၄၁။ အသဇ္ဈာယမလာ မန္တာ၊

အနုဋ္ဌာနမလာ သရာ၊

မလံ ဝဏ္ဏဿ ကောသဇ္ဇံ၊

ပမာဒေါ ရက္ခတော မလံ။

အနက်—

အသဇ္ဈာယ၊ မရွတ်မဖတ်သောသူအား။ မန္တာ၊ အတတ်ပညာ
(မန္တန်)တို့သည်။ မလာ၊ အညစ်အကြေး မည်ကုန်၏။ ဝ၊
ပျက်ကုန်၏။ သရာ၊ အိမ်တို့သည်။ အနုဋ္ဌာနမလာ၊ မပြုပြင်လျှင်
အညစ်အကြေးရှိကုန်၏။ ကောသဇ္ဇံ၊ ပျင်းရိခြင်းသည်။ ဝဏ္ဏဿ၊
အဆင်း၏။ မလံ၊ အညစ်အကြေးမည်၏။ ပမာဒေါ၊ သတိ-
သွပ်ပေါ့မေ့လျော့ခြင်းသည်။ ရက္ခတော၊ စောင့်ရှောက်ခြင်း
၏။ မလံ၊ အညစ်အကြေးမည်၏။

၁၈၅။ အညတရ ကုလပုတ္တ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အမျိုးကောင်းသားတယောက်သည် မိမိ
မယားလွန်ကျူး၍ ကျင့်သည်ကို နှလုံးမသာ မယာရှိ၍ ရတနာသုံးပါး
အထံသို့ မဆည်းကပ်နိုင်လေသဖြင့် ကနွေသ၌ ဘုရားအထံသို့ကပ်၍

၂၄၂။ မလိတ္ထိယာ ဒုစ္စရိတံ၊

မစ္ဆေရံ ဒဒတော မလံ။

မလာ ဝေ ပါပကာ ဓမ္မာ၊

အသ္မိံ လောကေ ပရမိ စ။

အနက်—

ဒုစ္စရိတံ၊ (ခင်ပွန်း လင်ကို) လွန်ကျူး၍ ကျင့်ခြင်းသည်။
ဣတ္ထိယာ၊ မိန်းမ၏။ မလံ၊ အညစ်အကြေး မည်၏။ မစ္ဆေရံ၊ ဝန်တို
နှမြောခြင်းသည်။ ဒဒတော၊ ပေးကမ်းလှူဒါန်းခြင်း၏။ မလာ၊
အညစ်အကြေးမည်၏။ အသ္မိံလောကေ၊ ယခုဝတ္တမာန် ဤ
ပစ္စုပ္ပန် လောက၌လည်းကောင်း ပရမိ စ၊ တမလွန်လောက၌
လည်းကောင်း။ ပါပကာ၊ ယုတ်မာကုန်သော။ ဓမ္မာ၊ အကုသိုလ်
တရားတို့သည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။ မလာ၊ အညစ်အကြေး မည်ကုန်၏။

အကြောင်းကို လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် ထိုဒါယကာကို ဆုံးမခြင်း
ငှါ “မလိတ္တိယာ ဒုစ္စရိတံ” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

၂၄၃။ တတော မလာ မလတရံ၊
အဝိဇ္ဇာ ပရမံ မလံ။
တေ မလံ ပဟန္တာန၊
နိမ္မလာ ဟောထ ဘိက္ခဝေါ။

အနက်—

တတော မလာ၊ ထိုဆိုးအပ်ခဲ့ပြီးသောအညစ်အကြေး အပေါင်း
ထက်။ မလတရံ၊ အဆိုးဆုံးသော အညစ်အကြေးကို။ ဝေါ၊ သင်
တို့အား။ ကထေမိ၊ ဟောကြားပေအံ့။ အဝိဇ္ဇာ၊ သစ္စာလေး
ကန် ပုဗ္ဗန္တ ပရန္တ ထို နှစ်ဝနှင့် ပဋိစ္စသမုပ္ပါဒ် ဤရှစ်ရပ်ကို မသိ
တတ်သော အဝိဇ္ဇာသည်။ ပရမံ မလံ၊ တိုင်းထက်ထူးချွန် ကဲလွန်
သော အညစ်အကြေးမည်၏။ ဘိက္ခဝေါ၊ ရဟန်းတို့။ တုမေ၊
သင်တို့သည်။ တေ မလံ၊ ထိုအဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော အညစ်အကြေး
ကို။ ပဟန္တာန၊ ပိုင်းခြားခုတ်ဖြတ် ပယ်သတ်ပြီးလျှင်။ နိမ္မလာ၊
အညစ်အကြေး ကင်းကုန်သည်။ ဟောထ၊ ဖြစ်ကုန်လော့။

မြန်မာကဗျာ

၂၄၂။ မိန်းမလွန်ညစ်	ကျင့်လစ်ဖောက်ပြန်၊
နှုမ္မာကပ်စေး	လူမပညစ်မှန်၊
ယုတ်မာညစ်ကျူ	မကောင်းမှုမှန်၊
ဤလောက	ညစ်ရ နောက်တဖန်။

242. Misconduct is the taint of a woman; stinginess is the taint of a donor. Taints, indeed, are all evil things both in this world and in the next.

စကားပြေ။ ။ (ခင်ပွန်းလင်ကို) လွန်ကျူး၍ မကောင်းကျင့်ခြင်းသည် မိန်းမ၏ အညစ်အကြေးမည၏။ ဝန်တိုက်ပေးခြင်းသည် လူဒါနိန်းပေးကမ်းခြင်း၏ အညစ်အကြေးမည၏။ ဤလောက နောင်လောက နှစ်တန်သောဝေဝယ် ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုတို့သည် စင်စစ်အညစ်အကြေးမညကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၄၃။ ဆိုခဲ့ပြီးလစ်	အညစ်ထက်ပင်၊
အဝိဇ္ဇာပဲ	လွန်ကဲညစ်ထင်၊
အဝိဇ္ဇာညစ်	ပယ်ပြစ်လို့ပင်၊
ညစ်အကြေး	ကင်းဝေးဘိက္ခုရှင်။

243. A worse taint than these is Ignorance, the greatest taint. Abandoning this taint be taintless, O bhikkhus.

စကားပြေ။ ။ ထိုဆိုခဲ့ပြီးသော အညစ်အကြေးထက် အဆိုးဆုံးသော အညစ်အကြေးသည် သစ္စာလေးတန် (တရားမှန်ကို) မသိခြင်းဟူသော (အကြီးမားဆုံးသော) အဝိဇ္ဇာ အညစ် အကြေးပင်တည်း။ ဤအဝိဇ္ဇာဟူသော အညစ်အကြေးကို ပိုင်းခြားခတ်ဖြတ်ပယ်သတ်ပြီးလျှင်၊ သံသရာဘေးကို ရှောင်သော ရှင်လူတို့သည် အညစ်အကြေးကင်းကြကုန်လော့။

misconduct	လွန်ကျူး၍မကောင်းကျင့်ခြင်း
all evil things	ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုများ
in the next	တမလွန်ဘဝ နောက်ဘဝ
Ignorance	အဝိဇ္ဇာ (အမှန်တရားကို မသိခြင်း)
abandoning	လက်လျှော့ဖြတ် စွန့်ပယ်ခြင်း (ပယ်စွန့်၍)
be taintless	အညစ်အကြေးကင်းပြတ်ကုန်လော့

၁၈၆။ စူဠသာရိဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဆေးကျခြင်း စသော နှစ်ဆယ့်တပါးသော
အနေသနဖြင့် ပစ္စည်းတို့ကို ရှာမှီး၍ အသက်မွေးလေ့ရှိသော စူဠသာရိ

၂၄၄။ သုဇီဝံ အဟိရိကေန၊
ဇာကသုရေန ဓံသိနာ။
ပက္ခန္ဓိနာ ပဂဗ္ဗေန၊
သံကိလိဋ္ဌေန ဇီဝိတံ။

အနက်—

အဟိရိကေန၊ အရှက်မရှိသောရဟန်းသည်။ ကာကသုရေန၊
ဟန်ဆောင်တင့်ကဲ ကျီးရဲနှင့်တူသဖြင့်လည်းကောင်း။ ဓံသိနာ၊ သူ
တပါးဂုဏ်ကို ချေမှုန်း ဖျက်ဆီးသဖြင့် လည်းကောင်း။ ပက္ခန္ဓိနာ၊
သူတပါးပြု ထိုသည့်မှုကို မိမိပြုဟောင်း ဟန်ဆောင်ပြုမှုသဖြင့်
လည်းကောင်း။ ပဂဗ္ဗေန၊ ကြမ်းကြုတ်သဖြင့် လည်းကောင်း။
သံကိလိဋ္ဌေန၊ မသန့်စင်လမ်း ညစ်နွမ်းသော အကျင့်ဖြင့် လည်း
ကောင်း။ ဇီဝိတံ၊ အသက်မွေးခြင်းကို။ ကသော၊ ပြု၍။ သုဇီဝံ၊
(အပ်မအပ်သာ ရရာယူလျက်) အသက်မွေးလေ့ရှိ၏။

မည်သော ရဟန်းကို အကြောင်းပြု၍ “သုဇီဝံ အဟိရိကေန” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

၂၄၅။ ဟိရိမတာ စ ဒုဇ္ဈိဝံ၊
 နိစ္စံ သုစိဂဝေသိနာ။
 အလီနေနာ ပုဂဗ္ဗေန၊
 သုဒ္ဓါဇီဝေန ပဿတာ။

အနက်—

ဟိရိမတာ၊ ရှက်ခြင်း၊ ကြောက်ခြင်းရှိသော ရဟန်းသည် ကား။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။ သုစိဂဝေသိနာ၊ စင်ကြယ်သန့်ရှင်းသည်ကို ရှာကြံသဖြင့်လည်းကောင်း။ အလီနေနာ စ၊ မတူနဲ့မဆတ်သဖြင့် လည်းကောင်း။ အပုဂဗ္ဗေန စ၊ ဆုံးမ၊ ကိုယ်နှုတ် မကြမ်းကြုတ် သဖြင့်လည်းကောင်း။ သုဒ္ဓါဇီဝေန စ၊ စင်ကြယ်စွာ အသက်မွေး သဖြင့်လည်းကောင်း။ ပဿတာ စ၊ သင့်မသင့်ကို ထောက်ချင့် မြင်မြော်သဖြင့်လည်းကောင်း။ ဒုဇ္ဈိဝံ၊ ခဲယဉ်းသော အသက်မွေး ခြင်း ရှိ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၄၄။ အရှက်ကင်းဝေး	သက်မွေးလွယ်ကူ၊
ကျီးရဲပုံချင့်	ဂုဏ်မြင့်ချိုးမှု၊
ဟန်ဆောင်ကြမ်းကြုတ်	ပြုလုပ်နေမှု၊
လွန်ညစ်ထေး	သက်မွေးနေရသူ။

244. Easy is the life of a shameless one who, with the boldness of a crow, is back-biting, forward, arrogant, and corrupt.

back-biting သူတပါးဂုဏ်ကိုဖျက်ဆီးသော (အတင်းပြောသော)
 arrogant ခက်ထန်မာန်မူသော

စကားပြေ။ ။ ကျီးရဲနှင့်တူစွာ ကျင့်သော အရှက်မရှိသော (အလဇ္ဇီ) ရဟန်းသည် သူတပါးကို ဖျက်ဆီး သဖြင့်လည်း ကောင်း၊ ရွှေရောက်ရေးအတွက် မသင့်လျော်ပဲ အခွင့် အရေးယူ သဖြင့်လည်းကောင်း၊ (သူပြုသည်ကို ကိုယ်ပြုသလို ဟန်ဆောင်ခြင်း ဖြင့် လည်းကောင်း၊) ကြမ်းတမ်းခက်ထန် မာန်မူခြင်းဖြင့်လည်းကောင်း၊ ညစ်နွမ်းသောအကျင့် (အဂတိလိုက်စားခြင်း) ဖြင့် လည်းကောင်း လွယ်ကူသော အသက်မွေးခြင်းရှိ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၄၅။ အသက်မွေးခက်	အရှက်ရှိပြန်၊
အမြဲသန့်ရှင်း	မယွင်းရှာကြံ၊
မတွန့်မဆုတ်	မကြမ်းကြုတ်ပြန်၊
စင်ကြယ်ရေး	သက်မွေး ရှုသူမှန်။

245. Hard is the life of a modest one who ever seeks purity, is detached, humble, clean in life, and reflective.

စကားပြေ။ ။ ရှက်ကြောက်ခြင်းရှိသော ရဟန်းသည် အမြဲသန့်ရှင်း စင်ကြယ်မှုကို ရှာကြံသဖြင့်လည်းကောင်း၊ ဝတ္တရားကို မတွန့်မဆုတ်ဆောင်ရွက်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ ကြမ်းတမ်းခြင်းမရှိ (နိမ့်ချ) သဖြင့်လည်းကောင်း၊ စင်ကြယ်စွာ အသက်မွေးသဖြင့်လည်းကောင်း၊ သင့်မသင့်ကို ထောက်ချင့် မြော်မြင်သဖြင့်လည်းကောင်း၊ ခဲယဉ်းသော အသက်မွေးခြင်းရှိ၏။

modest	ရှက်ကြောက်တတ်သော
purity	သန့်ရှင်းစင်ကြယ်မှု
detached	ဝတ္တရားကို (မတွန့်မဆုတ်) ဆောင်ရွက်သော
humble	နိမ့်ချသော (မကြမ်းတမ်းသော)

၁၈၇။ ပဉ္စ ဥပါသကာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် စေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ငါးပါးသီလကို တပါးစီ ထိန်းကြကုန်သော
ဥပါသကာ ငါးယောက်တို့သည် ပါဏာတိပါတာ ဝေရမဏိသည်

၂၄၆။ ယော ပါဏမတိပါတေတိ၊
မုသာပါဒဉ္စ ဘာသတိ၊
လောကေ အဒိန္နမာဒိယတိ၊
ပရဒါရဉ္စ ဝတ္တတိ။

၂၄၇။ သုရာမေရယပါနဉ္စ၊
ယော နုရော အနုယုဉ္စတိ။
ဣဓေဝ မေသော လောကသ္မိံ၊
မူလံ ခဏတံ အတ္တနော။

အနက်—

ယော နုရော၊ အကြွင်လှူသည်။ ပါဏံ သူတပါးအသက်ကို။
အတိပါတေတိ၊ လျင်စွာချသတ်၏။ မုသာပါဒဉ္စ၊ လိမ်ဝါညာ
ဖြန်းသော စကားကိုလည်း။ ဘာသတိ၊ ခြောဆိုင်၏။ လောကေ၊
လောက၌။ အဒိန္နံ၊ အရှင်မပေးသော သူတပါးဥစ္စာကို။ အာဒိ-
ယတိ၊ ခိုးယူ၏။ ပရဒါရဉ္စ၊ သူတပါး သား မယားကိုလည်း။
ဝတ္တတိ၊ သွားလာ လွန်ကျူး၏။

ယော နုရော စ၊ အကြွင်လှူသည်လည်း။ သုရာမေရယပါနံ၊
မူးဝေ မေပျက် ဟေအရက်ဟေသက်စားခြင်းကို။ အနုယုဉ္စတိ၊
အဖန်ဟလဲလဲ အားထုတ်၏။ မေသော နုရော၊ ဟိုလူသည်။ ဣ-
ဓေဝ လောကသ္မိံပိ၊ ဤ လူ့ပြည်၌ပင်လျှင်လည်း။ အတ္တနော၊
မိမိ၏။ မူလံ၊ လောကီ လောကုတ် မယုတ်ပွားတိုး အကျိုးနှစ်ပါး
၏အကြောင်းရင်းကို။ ဝါ၊ ကုသိုလ်အမြစ်ကို။ ခဏတံ၊ ဇူးဖြို
ဖျက်ဆီး၏။

ခဲယဉ်း၏။ အဓိန္ဒာဒါနာ ဝေရမဏိသည် ခဲယဉ်း၏ စသည်ဖြင့်ငြင်းခုံ
ကြ၍ မြစ်စွာဘုရားထံ လျှောက်ထားလေသော် ငါးပါးလုံးပင်

မြန်မာကဗျာ

- ၂၄၆။ သူ့သက်သတ်ငြား မုသားလည်းဆို၊
ခိုးဝှက်ယူထား သူ့မျှားဟာကို၊
အကြင်လူသား သူ့မယားကို၊
သွားလာများ လိုက်စားနေသည်ဆို။
- ၂၄၇။ မူးဝေမေ့ပျက် သေရက် သူရာ၊
သောက်လား စားလား အားထား ခါခါ၊
ထိုလူဗာလ လောက ဤမှာ၊
ကုသိုလ်မြစ် တူးပြစ် ဖြိုခွင်းတာ။

246, 247. Whoso in this world destroys life; tells lies, takes what is not given, goes to others' wives, and the man who is addicted to intoxicating drinks, such a one digs up his own root in this very world.

Whoso in this world	ဤလောက၌ အကြင်လူ(သူ)
destroys life	(သူကပါး) အသက်ကိုလှင်စွာချသတ်၏
takes what is not given	အရှင်မပေးသော သူကပါးပစ္စည်းကို ခိုးယူ၏
goes to others' wives	သူကပါး သားမယားကို သွားလာလွန်ကျူး၏
addicted	စွဲလမ်းသည့် အလေ့အထ ဖြစ်စေသည်
intoxicating	ယစ်မူးစေတတ်သော (မူးဝေ-မေ့တတ်သော)
drinks	သေအရက် (သောက်ဖွယ်များ)
such a one	ထိုကဲ့သို့သော လူဗာလ(တယောက်)သည်
digs up	တူးဖြိုဖျက်ဆီး၏
his own root	မိမိ၏ ကုသိုလ်
in this very world	ဤလူ့ပြည်လောက၌ပင်

ခဲယဉ်းသည်ဟု မိန့်တော်မူ၍ “ယော ပါဏမတိပါဏေတိ” စသော
သုံးဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

စကားပြေ။ ။ ဤ လောက၌၊ အကြင်သူသည် သူတပါးအသက်ကို
လျင်စွာ ချသတ်၏။ လိမ်ဝါညှာဖြန်းသော စကားကို
လည်း ပြောဆို၏။ အရှင်မပေးသော သူတပါး နှော့ကိုလည်း ခိုးယူ၏။
သူတပါး သား မယားကိုလည်း သွားလာလွန်ကျူး၏။ လှိုပြင်...အကြင်
သူသည် မူးဝေမေ့ပျက် သေအရက်ကိုလည်း သောက်လေ့ရှိ၏။ ဤကဲ့သို့
သော လူတယောက်သည် ဤ လူ့ပြည်လောက၌ပင်လျှင် မိမိ၏ ကုသိုလ်
အမြစ်ကို တူးဖြိုဖျက်ဆီး၏။

၂၄၈။ ဧဝံ ဘော ပုရိသ ဇာနာဟိ၊
ပါပဓမ္မော အသညတာ။
မာဟံ လောဘော အဓမ္မော စ၊
စိရံ ဒုက္ခာယ ရန္တယံ။

အနက်—

ဘော ပုရိသ၊ ငါးပါးသိက္ခာ ကျော်ကာမှောက်မှား အို....
ယောက်ျား။ ဧဝံ၊ ဤသို့။ ဇာနာဟိ၊ သိပါလေလော့။ ပါပဓမ္မော၊
ယုတ်မာသော အကုသိုလ်တရားတို့သည်။ အသညတာ၊ မစောင့်
စည်းတတ်ကုန်။ လောဘော စ၊ လောဘသည်လည်းကောင်း။
အဓမ္မော စ၊ ခေါသသည်လည်းကောင်း။ ဧတေ ဓမ္မော၊ ထိုတရား
တို့သည်။ စိရံ၊ ကြွေမြင့်စွာသော ကာလပတ်လုံး။ ဒုက္ခာယ၊ ငရဲ
သည်။ အလီလီ၊ အမျိုးမျိုးဆင်းရဲခြင်း အကျိုးငှါ။ မာရန္တယံ၊
အပေါက်အခွင့် ရောက်လင့်ဘွယ်မျှ မရမရှိပါစေကုန်လင့်။

မြန်မာကဗျာ

၂၄၈။ အိုဘဲ ယောက်ျား သိလားနှင့်ပါ၊
 တရား ယုတ်ကြီး မစောင့်စည်းတာ၊
 ကိုယ့်ကိုယ်ကိုပ လောဘ ဒေါသ၊
 ရှည်စွာပဲ ဆင်းရဲ မဖျက်ရာ။

248. Know thus, O good man! "Not easy of restraint are evil things." Let not greed and wickedness drag you to protracted misery.

ဧကားပြေ။ ။အိုယောက်ျား....ဤသို့ သိကားပါလော့။ ယုတ်မာသော
 သော တရားတို့သည် စောင့်စည်းရန် မလွယ်လှပါ။
 လောဘ ဒေါသ တို့သည် မိမိကိုယ်ကို ကြာမြင့်စွာ ဆင်းရဲခြင်းငှါ မဖြစ်
 ပါစေနှင့်။ (သင့်အား ဆင်းရဲဒုက္ခကို စောင့်ရှောက်ရန် မဆွဲငင်ပါ
 စေနှင့်)

greed	လောဘ
wickedness	ဒေါသ (ဆိုးသွမ်းခြင်း)
drag	ဆွဲငင်သည်
to protracted	စောင့်ရှောက်ရန် ဆင်းရဲဒုက္ခ။

၁၈၈။ တိဿဒဟရဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဘာဝတ္ထိပြည် ဇေဓာဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သူတပါးတို့ အလှူဒါနပေးသည်ကို ကဲ့ရဲ့ရှုတ်ချ

၂၄၉။ ဒဒါတိ ဝေ ယထာသဒ္ဓံ၊
ယထာ ပသာဒနံ ဇနော။
တတ္ထ ယော မကု ဘဝတိ၊
ပရေသံ ပါနဘောဇနော။
န သော ဒိဝါ ဝါ ရတ္တိံ ဝါ၊
သမေဓိမဓိဂစ္ဆတိ။

အနက်—

ယတ္ထ ယသ္မိံ ပုဂ္ဂလေ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်၌။ ဇနော၊ လူအများ
အပေါင်းသည်။ ပသာဒနံ၊ ကြည်ညိုခြင်းသည်။ ဥပ္ပဇ္ဇတိ၊ ဖြစ်၏။
တတ္ထ ပုဂ္ဂလဿ၊ ထိုကြည်ညိုသော ပုဂ္ဂိုလ်အား။ ယထာသဒ္ဓံ၊
ကြည်ညို ယုံကြည်သည်အား။ လျော်စွာ။ ပေ၊ စင်စစ်။ ဒဒါတိ၊
ပေးလှူ၏။ ယော စ ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်လည်း။ ပရေသံ၊
သူတပါးတို့၏။ ဟတ္ထ တသ္မိံ ပါနဘောဇနော၊ ထိုအဖျော်
ဘောဇဉ်တည်းဟူသော အလှူ၌။ မကု၊ မျက်နှာမသွာသည်။
ဘဝတိ၊ ဖြစ်၏။ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဒိဝါ၊ နေ၌
လည်းကောင်း။ ရတ္တိံ၊ ည၌လည်းကောင်း။ သမေဓိ၊
စိတ်၏ငြိမ်သက် ဟည်ကြည်မှုကို။ န အဓိဂစ္ဆတိ၊ မရနိုင်။

တတ်သော တိဿရဟန်းငယ်ကို အကြောင်းပြု၍ “ဒဒါတိ ဝေ ယကသဒ္ဓိ” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

၂၅၀။ ယဿ စေတံ သမုစ္ဆန္တံ၊
မူလသစ္စံ သမူဟတံ။
သ ဝေ ဒိဝဂါ ဝါ ရတ္တိံ ဝါ၊
သမာဓိမဓိဂစ္ဆတိ။

အနက်—

ယဿ စ ပုဂ္ဂလဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အားလည်း၊ ဧတံ၊ သူတပါး
အလှူတို့၌ မျက်နှာမသဘသော အဖြစ်တည်းဟူသော အကုသိုလ်
ကို၊ သမုစ္ဆန္တံ၊ အရဟတ္တမဂ် ဉာဏ်သန်လျက်ဖြင့် ပယ်ဖြတ်အပ်၏။
မူလသစ္စံ၊ အမြစ်ပါမကျန်အောင်၊ သမူဟတံ၊ ကောင်းစွာ ဖြတ်
အပ်၏။ ဝါ၊ အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ဖြင့် အမြစ်ပါမကျန်အောင် နှုတ်
ပယ်အပ်၏။ သ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။
ဒိဝဂါ ဝါ၊ နေ၌လည်းကောင်း၊ ရတ္တိံ ဝါ၊ ည၌လည်းကောင်း၊
သမာဓိံ၊ စိတ်၏ ငြိမ်သက်တည်ကြည်မှုကို။ အဓိဂစ္ဆတိ၊ ရ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၄၉။ လူမျှားကြည်ဆိုက်	ပုဂ္ဂိုလ်၌သာ၊
သဒ္ဓါအလျောက်	ငမ်းမြောက်လူဒါ၊
သူတပါးအား	သောက်စားဖွယ်ရာ၊
ထိုလူ၌	ညှိုးဟိုက် မဲ့မျက်နှာ၊
မသာယာဘိ	ထိုသည့်သူမှာ၊
နေ့ညခင်း	စိတ်ရင်း မာညပ်ပါး

249. People give according to their faith and as they are pleased. Whoever therein is envious of others' food and drink, gains no peace either by day or by night.

စကားပြေ။ ။ လူအပေါင်းတို့သည် အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်၌ ယုံကြည်လေးစားသဒ္ဓါပွားသည့် အလျောက် အမှန်စင်စစ် လှူဒါန်းပေးကမ်းကုန်၏။ သူတပါးတို့၏ စားသောက်ဖွယ်များ ပေးလှူကျွေးမွေးရာ၌ မျက်နှာညှိုးကာ မသောယာသောသူသည် နေ့ရောညဉ့်ပါ ဘယ်အခါမှ စိတ်၏ တည်ငြိမ်မှုကို မရနိုင်ပေ။

မြန်မာကဗျာ

၂၅၀။ သူများ လှူဒါန်း	ပေးကမ်းမှုကို၊
မျက်နှာမသာ	ဖြစ်လာ ညစ်ပို၊
အမြစ်ကဖြုတ်	ပယ်နှုတ်လူဗိုလ်၊
နေ့ညခင်း	စိတ်ရင်း ကည်ကြည်ဆို။

250. But he who has this (feeling) fully cut off, uprooted and destroyed, gains peace by day and by night.

စကားပြေ။ ။ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်အားလည်း ဤသူတပါးတို့ ကျွေးမွေးလှူဒါန်းမှုကို မျက်နှာ မသောသောအမြစ်တည်းဟူသော အကုသိုလ်ကို အမြစ်ပါ မကျန်အောင် (အရဟတ္တမဂ်ဖြင့်) ဖြတ်တောက်ဖျက်ဆီး အပ်ပြီးသောသူသည် နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါခပ်သိမ်း စိတ်၏ငြိမ်သက် တည်ကြည်မှုကိုရ၏။

therein	ထိုအရာ၌
envious	မျက်နှာညှိုးကာ မသောယာသော (ပြုစုသော)
feeling	စိတ်ဓာတ်လှုပ်ရှားခြင်း (မျက်နှာမသောယာရှိခြင်း)
this feeling	ဤသူတပါးပေးကမ်းလှူဒါန်းမှုကို မျက်နှာမသာခြင်း
cut off	ဖြတ်ပယ်သည်
uprooted	နှုတ်အပ်ပြီ
fully	ပြည့်စုံစွာ (အမြစ်မကျန်အောင်)

၁၈၉။ ပဉ္စ ဥပါသကာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ တရားနာစဉ် တယောက်က ငိုက်မည်းလျက်၊
တယောက်က လက်ဖြင့် မြေကိုခြစ်လျက်၊ တယောက်က သစ်ခက်ကို
လှုပ်လျက်၊ တယောက်က ကောင်းကင်ကိုကြည့်လျက်၊ တယောက်ကား
အရိုအသေပြုလျက် တရားနာကုန်သော ဥပါသကာ ၄ ဦးယောက်တို့အား
အခြားမရှိပဲ ဘဝငါးရာတို့ပတ်လုံး မြွေဘဝ၊ တိဘဝ၊ မျောက်ဘဝ၊

၂၅၁။ နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ္ဂိ၊
နတ္ထိ ဒေါသသမော ဂဟော။
နတ္ထိ မောဟသမံ ဇာလံ၊
နတ္ထိ တဏှာသမာ နဒီ။

အနက်—

ရာဂသမော၊ ရာဂနှင့်တူသော။ အဂ္ဂိ၊ လောင်မြိုက်တတ်သော
မီးသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။ ဒေါသသမော၊ ဒေါသနှင့်တူသော။
ဂဟော၊ ဖမ်းတတ်သော အခြင်းအရာသဘောသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။
မောဟသမံ၊ မောဟနှင့်တူသော။ ဇာလံ၊ ကွန်ယက်သည်။ နတ္ထိ၊
မရှိ။ တဏှာသမာ၊ တဏှာနှင့်တူသော။ နဒီ၊ မြစ်သည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။

နက္ခတ်ကြည့်ပုဏ္ဏားဘဝ၊ ဗေဒင်သုံးပုံတတ်သော ပုဏ္ဏားဘဲဝတို့၌ဖြစ်ဘူး
 ခြေောင်းကို ပြုတော်မူပြီး တရားဟောခြင်းငှါ “နတ္ထိ ရာဂသမော အဂ္ဂိ”
 စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ရှိသေ့စွာနာသော ဥပသကာ
 သည် သောတာပန်တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၅၁။ ရာဂတူဘိ မီးမရှိပါ၊
 ဒေါသနှင့်တူ ဖမ်းယူခြင်းရာ၊
 မောဟတူချက် ကွန်ယက်တဖြူ၊
 တဏှာတူ မြစ်မရှိပါ။

251. There is no fire like lust, no grip like hate;
 there is no net like delusion, no river like craving.

စကားပြေ။ ။ ရာဂနှင့်တူသော မီး မရှိ။ ဒေါသနှင့်တူသော ဖမ်းတတ်
 သောအရာ သဘောသည်မရှိ။ မောဟနှင့် တူသော
 ကွန်ယက်မရှိ။ တဏှာနှင့်တူသော မြစ်မရှိ။

grip	ဆုပ်ကိုင်ထားခြင်း
net	ကွန်ယက်
delusion	လှည့်စားမှု (အဝိဇ္ဇာ-မောဟ)
craving	တဏှာ (မနေနိုင်အောင်လိုချင်တောင့်တမှု)

၁၉၀။ မေဏှက သေဋ္ဌိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် မေဏှက သဌေး၊ သဌေးကတော် စန္ဒပဒုမ
ဒေဝီ၊ သား နေဉ္ဇယ၊ ချေးမ သုမနဒေဝီ၊ ကျွန် ပုဏ္ဏ ဤ ကောင်းမှုရှိ
သောသူ ငါးယောက်တို့၏ သောတာပန်ဖြစ်အံ့သော အကြောင်းကို
မြင်တော်မူ၍ ဘဒ္ဒိယမြို့ မုလေးတော၌ နေထိုင်မှုသောအခါ မေဏှက
သဌေးသည် မြတ်စွာဘုရားအထံသို့ကပ်၍ အရှင်ဘုရား....ကံတ္တိတို့သည်
ရှင်မင်ဘုရားအထံသို့ အကျွန်ုပ်လာသည်ကို တားမြစ်ကြကုန်သည်ဟု

၂၅၂။ သုဒဿံ ဝဇ္ဇမညေသံ၊

အတ္တနော ပန ဒုဒ္ဓဿံ၊

ပရေသံ ဟိ သော ဝဇ္ဇာနီ၊

အတ္တနော ပန ဆာဒေတိ၊

ကလိံ ဝ ကိတဝါ သဌော။

အနက်—

အညေသံ၊ သူတပါးတို့၏။ ဝဇ္ဇံ၊ အကျိုးမျှ မပြောပဖွယ်
သေးငယ်သော အပြစ်ကို။ သုဒဿံ၊ မြင်လွယ်၏။ အတ္တနော၊
မိမိ၏။ ဝဇ္ဇံ ပန၊ ပြောပလောက်ဖွယ် အလွန်ကြီးကျယ်သော
အပြစ်ကိုကား။ ဒုဒ္ဓဿံ၊ မြင်နိုင်ခဲ၏။ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်
သည်။ ဘုသံ၊ ဖွဲ့ကို။ ဩပုနာတိ ဟဿ၊ လွင့်သကဲ့သို့။ ပရေသံ၊
သူတပါးတို့၏။ ဝဇ္ဇာနီ၊ အပြစ်တို့ကို။ ဩပုနာတိ၊ (အဝေးသို့
ရောက်အောင်) ပစ်လွှင့်တတ်၏။ သဌော၊ စဉ်းလဲ ကောက်ကျစ်
သော ငှက် မုဆိုးသည်။ ကိတဝါ၊ သစ်ခက်သည်ဖြင့် ဖုံးလွှမ်း
သည်။ ဟုတု၊ ဖြစ်၍။ ကလိံ၊ ပြစ်မှားခြင်းရှိသော မိမိကိုယ်ကိုး
ဆာဒေတိ ဣဝ၊ ဖုံးလွှမ်းသကဲ့သို့။ တထာ၊ ထိုနည်းတူစွာ။
အတ္တနော၊ မိမိ၏။ ဝဇ္ဇံ ပန၊ အပြစ်ကိုကား။ ဆာဒေတိ၊
ဖုံးလွှမ်း၏။

လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် သဌေး.....သတ္တဝါတို့မည်သည် သူတပါး
တို့ အပြစ်ကိုသာ မြင်လွယ်၏။ မိမိအပြစ်ကိုကား မြင်ခဲကုန်သည်ဟု မိန့်
တော်မူ၍ “သုဒဿံ ဝဇ္ဇမဇညသံ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။ ထို ဂါထာ အဆုံး၌ ငါးယောက်လုံး သောတာပန်တည်းကြ
လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၅၂။ သူများအပြစ်	တဆစ်မြင်လွယ်၊
ကိုယ်အပြစ်လဲ	မြင်ခဲသူရယ်၊
ဖွဲ့ကိုလေလွင့်	နှိုင်းချင့်ပုံနယ်၊
တပါးဖြစ်	ဝေးပစ်လွင့်တတ်ဘယ်၊
စဉ်းလဲဘိချိုး	မုဆိုးပုံနယ်၊
ကိုယ်အပြစ်	စင်စစ်ဖုံးလွှမ်းဟယ်။

252. Easily seen are others' faults, hard indeed to see, are one's own; like chaff one winnows others' faults, but one's own one hides, as a crafty fowler covers himself.

စကားပြေ။ သူတပါးတို့၏ (အဏုမြူမျှသေးငယ်လှသော) အပြစ်ကို
မြင်လွယ်၏။ မိမိ၏ (ပြောပလောက်ဖွယ် လွန်ကြီးကျယ်
သော) အပြစ်ကိုကား မြင်နိုင်ခဲ၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် ဖွဲ့ကိုလေ၌ လွင့်သကဲ့သို့
သူတပါးအပြစ်ကို (အဝေးသို့ရောက်အောင်) ပစ်လွင့်တတ်၏။ (စဉ်းလဲ
ကောက်ကျစ်သော) ငှက်မုဆိုးလည်း (ငှက်တို့မမြင်အောင် မိမိကိုယ်ကို)
သစ်ရွက်စသည်တို့ဖြင့် ဖုံးလွှမ်းသကဲ့သို့ မိမိအပြစ်ကိုမူကား ဖုံးလွှမ်း
တတ်၏။

chaff	ဖွဲ့ (စပါးခွံ)
winnows	လှည့်သည် ပြာသည် (အဝေးသို့ရောက်အောင်ပစ်လွင့်သည်)
crafty	ကောက်ကျစ်စဉ်းလဲသော
fowler	ငှက်မုဆိုး (ငှက်ဖမ်းသူ)

၁၉၁။ ဥဇ္ဈာနသည်ဧတ္ထရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတပန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သူတပါးတို့အား ကဲ့ရဲ့လေ့ရှိသော ရဟန်းတပါး

၂၅၃။ ပရဝဇ္ဇာနုပဿိဿ၊

နိစ္စံ ဥဇ္ဈာနသည်နော။

အာသဝါ တဿ ဝဇ္ဇန္တိ၊

အာရာ သော အာသဝက္ခယာ။

အနက်—

ပရဝဇ္ဇာနုပဿိဿ၊ သူတပါးတို့အပြစ်ကို စိစစ်မြော်ကြံ
အဖန်ဖန်ရှုလေ့ရှိသော။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။ ဥဇ္ဈာနသည်နော၊ ကဲ့ရဲ့
လိုသော အမှတ်ရှိသော။ တဿ ပုဂ္ဂလဿ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား။
အာသဝါ၊ ကာမာသဝ စသည်အပြား အာသဝေါတရား
တို့သည်။ ဝဇ္ဇန္တိ၊ တဆင့်တဆင့် ကြီးမြင့်တိုးပွားကုန်၏။ သော
ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်။ အာသဝက္ခယာ၊ အာသဝေါတရား
တို့၏ ကင်းရာ ကုန်ရာ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမှု။ အာရာ၊ အလွန်ဝေး
လှပေ၏။

ကို အကြောင်းပြု၍ “ပရဝဇ္ဇာနုပဿိယ” စသော ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၅၃။ သူများပြစ်မှု	ကြည့်ရှုလေ့လာ၊
မြဲ ကဲ့ရဲ့တတ်	အမှတ်ရှိတာ၊
ထို ပုဂ္ဂိုလ်အား	တိုးပွားရန်သာ၊
ထို သူကား	ဝေးငြား နိဗ္ဗူတာ။

253. He who sees others' faults, and is ever irritable, the corruptions of such a one grow. He is far from the destruction of the corruptions.

စကားပြေ ။ သူတပါးတို့၏ ပြစ်မှုများကိုသာ အစန်အစဉ်၍ အမြဲ
ကဲ့ရဲ့လိုသော အမှတ်ရှိသူ ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား (ကာမာသဝ
စသည်အပြား) ဝေးမှန်များစွာ တိုးပွားလာကုန်၏။ ထိုသူသည်
(အာသဝတရား ဝေးမှန်များကင်းရာ) နိဗ္ဗာန်မှ ဝေးလှတော့၏။

၁၉၂။ သုဘဒ္ဒ ပရိဗ္ဗာဇက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည့် ကုသိနာရုံပြည် မလ္လာမင်းတို့၏ ရုပ်သာဓမ္မာ
အင်ကြင်းဥယျာဉ်တောဝယ် ခင်းထားအပ်သောရတနာညောင်စောင်း
၌ လျောင်းစက်တော်မူ၍ ပရိနိဗ္ဗာန်ခံခါနီးကာလ၌ သုဘဒ္ဒပရိဗ္ဗာဇကသည်
မေးလျှောက်အပ်သော ပြဿနာသုံးခုကို ခြေကော်မူခြင်းငှါ

၂၅၄။ အာကာသေဝ ပဒံ နတ္ထိ၊

သမဏော နတ္ထိ ဗာဟိရေ။

ပပဉ္စာဘိရတာ ပဇာ၊

နိပ္ပပဉ္စာ တထာဂတာ။

အနက်—

အာကာသေ၊ အဇဇ္ဇာဝေဟင် ထက်ကောင်းကင်၌။ ပဒံ၊
ခြေရာသည်။ နတ္ထိ ဧဝ၊ မရှိတော့သည်သာလျှင်တည်း။ ဗာဟိရေ၊
ငါတုရား၏ သာသနာတော်မှအပ ပြင်ပကံ၌။ သမဏော၊
မဂ်ဖိုလ်တည်ခန်း မြတ်ရဟန်းသည်။ နတ္ထိ ဧဝ၊ မရှိတော့သည်
သာလျှင်တည်း။ ပဇာ၊ သတ္တဝါအပေါင်းသည်။ ပပဉ္စာ-
ဘိရတာ၊ သံသရာကို ချဲ့ထွင်တက်သော တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိတို့ဖြင့်
မွေ့လျော်တတ်ဟန်၏။ တထာဂတာ၊ လာခြင် ကောင်းငြား
ငါတုရားတို့သည်။ နိပ္ပပဉ္စာ၊ ချဲ့ထွင်ဟတ်လှ ပပဉ္စာရားတို့မှ
တင်းကုန်၏။

“အာကာသေဝ ပဒံ နတ္ထိ” စင်္ဂော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။
သုတဒ်ပရမိုဇ်သည် အနာဂါမ်တည်းလေ၏။

၂၅၅။ အာကာသေဝ ပဒံ နတ္ထိ၊
သမဏော နတ္ထိ ဗာဟိရေ။
သင်္ခါရာ သဿတာ နတ္ထိ၊
နတ္ထိ ဗုဒ္ဓါနမိဉ္ဇိတံ။

အာကာသေ၊ အဇ္ဈောပြင် ထက်ကောင်းကင်၌။ ပဒံ၊ ခြေရာ
သည်။ နတ္ထိ ဧဝံ၊ မရှိတော့သည်သာလျှင်တည်း။ ဗာဟိရေ၊
ငါတုရား၏ သာသနာတော်မှ အပ ပြင်ဘက်၌။ သမဏော၊
မဂ်ဖိုလ်တည်ခန်း မြတ်ရဟန်းသည်။ နတ္ထိ ဧဝံ၊ မရှိတော့သည်သာ
လျှင်တည်း။ သင်္ခါရာ၊ ခန္ဓာငါးဝ သင်္ခါရတရားတို့သည်။ သဿ-
တာ၊ မချွတ်မလွဲ မြဲသည်နည်းကုန်သည်။ နတ္ထိ န သန္တိ ဧဝံ၊ မရှိကုန်
တော့သည်သာလျှင်တည်း။ ဗုဒ္ဓါနံ၊ ဘုရားရှင်တို့အား။ ဣဉ္ဇိတံ၊
တုန်လှုပ် ချောက်ချားခြင်းသည်။ နတ္ထိ ဧဝံ၊ မရှိတော့သည်သာ
လျှင်တည်း။

မြန်မာကဗျာ

၂၅၆။ ကောင်းကင်လယ်တည့်	မရှိခြေရာ၊
ရဟန်းမရှိ	တိတ္ထိသာသနာ၊
နယ်ချဲ့ပျော်မွေ့	နေလေ့သတ္တဝါ၊
မြတ်ဘုရား	ကင်းငြား နေခဲ့သာ။

254. In the sky there is no track. Outside there is no saint. Mankind delights in obstacles. The *Tathāgatas* are free from obstacles.

စကားပြေ။ ။ အဇဉ္ဇာပြင် မိုးကောင်းကင်၌ ခြေရာမရှိ။ ဘုရား သာသနာ ပြင်ပဝယ် (မဂ္ဂဋ္ဌာန် ဖလဋ္ဌာန်) ရဟန်း သမဏမျိုး မရှိ။ သတ္တဝါအပေါင်းသည် သံသရာကို ချွဲထွက်ကတ်သော တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိတို့၌ ဓမ္မလျော်တတ်ကုန်၏။ လာခြင်း ကောင်းတော်မူသော မြတ်ဘုရားသည် (တဏှာ၊ မာန၊ ဒိဋ္ဌိဟူသော) သံသရာနယ်ချဲ့ခြင်းမှ ကင်းကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၅၅။ ကောင်းယောင်လယ်တည့်	မရှိခြေရာ၊
ရဟန်းမရှိ	တိတ္ထိ သာသနာ၊
တည့်မြဲကင်းပ	ငါးဝခန္ဓာ၊
မြတ်ဘုရား	လှုပ်ရှားမရှိပါ။

255. In the sky there is no track. Outside there is no Saint. There is no compound thing that is eternal. There is no instability in the Buddhas.

စကားပြေ။ ။ အဇဉ္ဇာပြင် မိုးကောင်းကင်၌ ခြေရာမရှိ။ ဘုရားသာသနာ ပြင်ပဝယ် (မဂ္ဂဋ္ဌာန် ဖလဋ္ဌာန်) ရဟန်းသမဏမျိုး မရှိ။ မြဲကုန်သော ခန္ဓာ ငါးပ သင်္ခါရတရားတို့သည် မရှိကုန်။ ဘုရားရှင်၌ တုန်လှုပ်ချောက်ချားခြင်းမရှိ။

မလဝဂ်-အညစ်အကြေးအုပ်စု ပြီး၏။

track	ခြေရာ (လမ်းကြောင်း)
mankind	လူအပေါင်း
obstacles	ပပဉ္စတရားများ (အဆီးအကား ပိတ်ပင်သောအရာများ)
eternal	အမြဲတည်ရှိသော
instablility	တုန်လှုပ်ချောက်ချားခြင်း

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း ၁၉။

ဓမ္မဋ္ဌဝဂ်-တရား၌တည်ခြင်း အုပ်စု

၁၉၃။ ဝိနိစ္ဆယမဟာမတ္တ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သံဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ တံစိုးလက်ခမောင်စား၍ မရိုးမသား တရား

၂၅၆။ န တေန ဟောတိ ဓမ္မဋ္ဌော၊

ယေနတ္ထံ ဣဟဿာ နယေ။

ယောစ အတ္ထံ အနတ္တဉ္စ၊

ဥဘော နိစ္ဆယယ ပဏ္ဍိတော။

အနက်-

ယေန ကာရဏေန၊ အကြင်အကြောင်းကြောင့်။ အတ္ထံ၊ ဆုံး
ဖြတ်အပ်သော တရားကို။ ဣဟဿာ၊ မဟုတ်မမှန် ဖောက်ပြန်
မှားယွင်းသော အားဖြင့်။ နယေ၊ မတော်မတရား တံစိုးစား၍
တရားဆုံးဖြတ် လျှပ်ပေါ်အနေ ရောက်ပစေ၏။ တေန ကာရ-
ဏေန၊ ထိုသို့ ဂျင်ယုတ် မဟုတ်မတရား တံစိုးစား၍ ဆုံးဖြတ်
ခြင်းကြောင့်။ ဓမ္မဋ္ဌော၊ တရား၌တည်သောသူ မည်သည်။ န
ယောတိ၊ မဖြစ်နိုင်။ ယောစ ပဏ္ဍိတော၊ အကြင် ပညာရှိသည်
ကား။ အတ္တဉ္စ၊ အကျိုးစီးပွား အမှန်တရားကိုလည်းကောင်း။
အနတ္တဉ္စ၊ အကျိုးမဲ့ငြား အမှားယရားကိုလည်းကောင်း။ ဥဘော၊
နှစ်ပါးစုံကို။ နိစ္ဆယယ စူးစမ်းပေးမြန်း၍ တရားမှန်အောင်
ဆုံးဖြတ်ပေ၏။

စီရင်ကုန်သော အမတ်တို့ကို အကြောင်းပြု၍ “န တေန ဟောတိ
ဓမ္မဋ္ဌော” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

၂၅၇။ အ သာဟသေန ဓမ္မေန၊
သမေန နယတိ ပရေ။
ဓမ္မဿ ဂုတ္တော မေဓာဝီ၊
“ဓမ္မဋ္ဌော”တိ ပဝုစ္စတိ။

အနက်—

အ သာဟသေန၊ မချွတ်မယွင်းသောအားဖြင့်။ သမေန၊
ညီညွတ်သော။ ဓမ္မေန၊ တရားဖြင့်။ ပရေ၊ သူတပါးတို့ကို။
နယတိ၊ နိုင်မှု ရုံးမှုနှစ်ရပ်ကို ဆုံးဖြတ်တတ်၏။ ဓမ္မဿ၊ တရား
တော်ကို။ ဂုတ္တော၊ လုံခြုံအောင် စောင့်ရှောက်တတ်သော။
မေဓာဝီ၊ ပညာနှင့်ပြည့်စုံသော။ သော ပဏ္ဍိတော၊ ထိုပညာရှိကို။
ဓမ္မဋ္ဌောတိ၊ တရား၌တည်တောသဟူ၍။ ပဝုစ္စတိ၊ ခေါ်ဆိုပညတ်
သမုတ်အပ်လေသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၅၆။ တရားဆုံးဖြတ် စိုးလာဘ်စားယူ၊
 တရားဘက်၌ မတည်ထိုက်သူ၊
 ကျိုးရှိမဲ့ငြား နှစ်ပါးကိုမူ၊
 စုံစမ်းအပ် ဆုံးဖြတ်ပဏ္ဍိတ်ဟူ။

256. He is not thereby 'just' because he hastily arbitrates. The wise man should investigate both right and wrong.

စကားပြေ။ ။ အကြင်အကြောင်းကြောင့် ဆုံးဖြတ်အပ်သော တရား
 တို့ကို လျင်မြန်စွာ (မှားယွင်းစွာ) ဆုံးဖြတ်၏။ ထိုသို့
 (တံစိုး လက်ဆောင်စား၍) ဆုံးဖြတ်သောကြောင့် တရား၌တည်သူ
 (တရားသူကြီး) မဖြစ်။ အမှားအမှန် (အကျိုးရှိသည်၊ မရှိသည်) ကို
 လည်းကောင်း၊ နှစ်ပါးစုံကိုလည်းကောင်း (စုံစမ်းမေးမြန်း၍) ပညာ
 ရှိသည် တရားမှန်အောင်ဆုံးဖြတ်ရာ၏။

thereby	အကြင်အကြောင်းကြောင့်
hastily	လျင်မြန်စွာ (မှားယွင်းစွာ၊ မှားယွင်းသောအားဖြင့်)
arbitrates	စီရင်ဆုံးဖြတ်သည်

မြန်မာကဗျာ

၂၅၇။ တရားညီညွတ် မချွတ်အောင်သာ၊
 သူတို့နိုင်မှု ရုံးမနှစ်ဖြာ၊
 တရားစောင့်ဟတ် ဆုံးဖြတ်သူသာ၊
 ထိုသူ တည်ရှိ တရားမှာ။

257. The intelligent man who leads others not falsely but lawfully and impartially, and is guarded by the Dhamma, is called "one who stands in the Dhamma (*dhammaṭṭha*)"

စကားပြေ။ ။ တရားဥပဒေနှင့်ညီစွာ (မျက်နှာမလိုက်သောအားဖြင့်) သူတပါးတို့ (နိုင်မှု ရုံးမနှစ်ရပ်) ကို မချွတ်ယွင်းရအောင် ဆုံးဖြတ်တတ်သော တရားဥပဒေကို စောင့်သိကာ ပညာနှင့်ပြည့်စုံသော ပညာရှိကို တရား၌တည်သူ (တရားသူကြီး) ဟူ၍ ဆိုထိုက်လေသည်။

intelligent	ပညာနှင့် ပြည့်စုံသော
not falsely	မချွတ်ယွင်းအောင်
impartially	မျက်နှာမလိုက်သောအားဖြင့်

၁၉၄။ ဆဗ္ဗဂ္ဂိယ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မိမိကိုယ်ကို ပညာရှိ လူလိမ္မာဟုပြောလေ့ရှိကုန်

၂၅၀။ န တေန ပဏ္ဍိတော ဟောတိ၊

ယာဝတာ ဗဟု ဘာသတိ။

ခေမိ အဝေရီ အဘယော၊

“ပဏ္ဍိတော”တိ ပဝုစ္စတိ။

အနက်—

ယာဝတာ၊ အကြင်သို့သောအကြောင်းကြောင့်၊ သံဃမဇ္ဈေ၊
သံဃာ့အလယ် (ပရိသတ်အလယ်)၌။ ဗဟံ၊ များစွာ။ ဘာသတိ၊
စကားပြောဆို၏။ တေန၊ ဟိုသံဃာအလယ် ပရိသတ်အလယ်၌
စကားများများပြောခြင်းကြောင့်။ ပဏ္ဍိတော၊ ပညာရှိ လူပဏ္ဍိ
သည်။ န ဟောတိ၊ မဖြစ်နိုင်။ ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်
သည်။ ခေမိ၊ မိမိကိုယ်တိုင် ဘေးငြိမ်း၏။ အဝေရီ၊ တွင်းပ
နှစ်ကန် ရန်မရှိသည်။ ဟုတွာ၊ ဖြစ်၍။ အဘယော၊ ဘေးကင်း
အောင်ပြုဝတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ပဏ္ဍိတောဟံ၊ ပညာရှိသော
လူပဏ္ဍိဟူ၍။ ပဝုစ္စတိ၊ ဆိုထိုက်လေသကည်း။

သော ဆဗ္ဗဂ္ဂိရဟန်းတို့ကို အကြောင်းပြု၍ “န တေန ပဏ္ဍိတော
ဟောတိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၅၈။ စကားများများ	ပြောကြား လူလယ်၊
ပညာရှိစစ်	မဖြစ်နိုင်တယ်၊
ဘေးရန်ကင်းမှု	ပြုသူကိုကွယ်၊
ပညာရှိ	ကဝိ ဆိုနိုင်တယ်။

258. He is not thereby a learned man merely because he speaks much; he who is secure without hate, and fearless, is called learned.

စကားပြေ။ ။ (ပရိသတ်အလယ်တွင်) စကားများများပြောကာမျှဖြင့်
ပညာရှိ ကဝိမဆိုနိုင်။ (မိတ်ဆွေပိသစွာ) ဘေးရန်မရှိ
ကြောက်ရွံ့ခြင်းကင်းအောင် ပြုတတ်သူကို ပညာရှိဟု ဆိုအပ်၏။

၁၉၅။ ကျေဒါန ခိဏာသဝ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရဟန္တာဝ ကျေဒါနမထေရ်နေသော တောအုပ်၌
အခြံအရံ ငါးရာစီရှိသော ပိဋကသုံးပုံဆောင်သော ရဟန်းနှစ်ပါး
တရားဟောသောအခါ နတ်တို့ သာဓုမခေါ် ကျေဒါနမထေရ်မြတ်

၂၅၆။ န တာဝတာ ဓမ္မဓရော၊
ယာဝတာ ဗဟုဘာသတိ။
ယော စ အပ္ပမ္ဘိ သုတ္တာန၊
ဓမ္မံ ကာယေန ပဿတိ။
သ ဝေ ဓမ္မဓရော ဟောတိ၊
ယော ဓမ္မံ နပ္ပမဇ္ဇတိ။

အနက်—

ယာဝတာ၊ အကြင်မျှလောက် သင်ဆောင်ချပို့ခြင်း အစ
ရှိသော အကြောင်းဖြင့်။ ဗဟုံ၊ များစွာ။ ဘာသတိ၊ ပြောဟော
၏။ တာဝတာ၊ ထိုမျှလောက်သော အကြောင်းဖြင့်။ ဓမ္မဓရော၊
တရားတော်ကို ဆောင်သော သူမည်သည်။ န ဟောတိ၊ မဖြစ်။
ယော စ၊ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်ကား။ အပ္ပမ္ဘိ၊ အနည်းငယ်မျှလည်း
ဖြစ်သော။ ဓမ္မံ၊ တရားတော်ကို။ သုတ္တာန၊ ကြားနာရ၍။ ဓမ္မ-
ကာယေန၊ တရားအားလျော် ကျင့်ဖော်ပြည့်စုံ နာမကာယဖြင့်။
ပဿတိ၊ သစ္စာဟုတရားကို ပိုင်းခြားသိမြင်၏။ ယော၊ အကြင်သူ
သည်။ ဓမ္မံ၊ တရားတော်ကို။ နပ္ပမဇ္ဇတိ၊ မမေ့မလျော့တတ်။
သ သော၊ ထိုသူသည်။ ဝေ၊ အမှန်စင်စစ်။ ဓမ္မဓရော၊ တရားကို
ဆောင်သောသူမည်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

သည် တခုသော ဥဒါန်းဂါထာကို ဟောရာတွင်မှ နတ်တို့က သာဓုခေါ်သည်ကို အကြောင်းပြု၍ “န တာဝတာ ဓမ္မဓရော” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၅၉။ တရားများများ	ဟောကြားရုံပင်၊
တရားဆောင်တတ်	သူမြတ်မတွင်၊
နည်းငယ်တရား	နားကြာခါလျှင်၊
နာမ်ကဿ	ဖြစ်စေ တရားစဉ်၊
မမေ့ဟုရား	သိထားသူပင်၊
မှန်မမှား	တရား ဆောင်သူတွင်။

259. He is not versed in the Dhamma because he speaks much; he who hears little and sees the Truth mentally is, indeed, versed in the Dhamma, and who is not heedless of the Dhamma.

စကားပြေ။ “တရားများများ ဟောကြားတတ်လာမျှဖြင့် တရားတော်၌ တတ်မြောက်ကျင်လည်သူ (ဓမ္မဓရ) မည်သည် မဖြစ်။ အကြင်သူသည် အနည်းငယ်သော တရားကိုပင် ကြားနာရ၍ နာမကဿ (စိတ်သဘော) အားဖြင့် သစ္စာတရားကို ပိုင်းခြားသိမြင်၏။ တရားတော်ကိုလည်း မမေ့လျော့တတ်သောသူသည် အမှန်စင်စစ် တရားကို ဆောင်တတ်သူ (တတ်မြောက်ကျင်လည်သူ) မည်၏။

versed	တတ်မြောက်ကျင်လည်သော (ချောက်ချားနိုင်သော) (ဆောင်သော)
mentally	စိတ်သဘောအားဖြင့် (နာမကဿဖြင့်)
heedless	မေ့လျော့သော၊ သတိမရှိသော

၁၉၆။ လက္ခဏာ ဘဒ္ဒိယ ဧတ္ထရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အလုံးအရပ်ငယ်သောကြောင့်လက္ခဏာ-သဒ္ဒါ

၂၆၀။ န တေန ထေရော သော ဟောတိ၊

ယေနဿ ပလိတံ သိရော။

ပရိပက္ခော ဝယော တဿ၊

“မောသဇိက္ခော”တိ ဝုစ္စတိ။

အနက်—

ယေန ကာရဏေန။ အကြင်သို့သော အကြောင်းဖြင့်။ အဿ
ဘိက္ခုနော၊ ထိုရဟန်း၏။ သိရော၊ (ကိုယ်အင်္ဂါတွင် အမြတ်တင်
သည့်) ဦးခေါင်းပြင်သည်။ ပလိတံ၊ ဖွေးဖွေးဖြူ၏။ တေန၊ ဆံပင်
ဦးခေါင်း စုပေါင်းအတူ ဖွေးဖွေးဖြူကာမျှဖြင့်။ သော ဘိက္ခု၊
ထိုရဟန်းသည်။ ထေရော၊ မထေရ်မည်သည်။ န ဟောတိ၊
မဖြစ်။ တဿ ဘိက္ခုနော၊ ထိုရဟန်း၏။ ပရိပက္ခော၊ ကာလ
ကြာဖြင့် အဆင့်ဆင့်မြင့် ရင့်ကျက်လေပြီးသော။ ဝယော၊
အရွယ်ကို။ မောသဇိက္ခောတိ၊ အကျိုးမပြီး အချည်းနှီးသော
အို မင်းခြင်းဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ် ဆိုထိုက်လေသတည်း။

ဖြင့် အထူးပြု၍ လက္ခဏာတစ်ခုယမထေရ်ဟုတွင်သော ရဟန္တာကို
သာမဏေထင်မှတ်ကြကုန်သော (အရညကင်) တောနေ ရဟန်း

၂၆၁။ ယမိ သစ္စဉ္စ ဓမ္မော စ၊
အဟိံ သာ သံယမော ဒမော။
သ ဝေ ဝန္တမလော ဓီရော၊
“ထေရော” ဣတိ ပဓုစွတိ။

အနက်—

ယမိ ပုဂ္ဂလေ၊ အပြင်ပုဂ္ဂိုလ်၌။ သစ္စဉ္စ၊ မှန်သောစကားကိုဆို
ခြင်းသည်လည်းကောင်း။ ဝါ၊ ဝေ၊ ဆယ့်ခြောက်ချက် သစ္စာနက်ကို
ပြန်ပြန်ထင်ထင် သိမြင်ခြင်းသည် လည်းကောင်း။ ဓမ္မော စ၊
ကိုးပါးသော လောကုတ္တရာ တရားသည် လည်းကောင်း။ အဟိံ
သာ စ၊ မညှဉ်းဆဲသည်လည်းကောင်း။ သံယမော စ၊ သီလစောင့်
စည်းခြင်းသည်လည်းကောင်း။ ဒမော စ၊ စက္ခုစသော ဣန္ဒြေကို
ဆုံးမခြင်းသည်လည်းကောင်း။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဝန္တမလော၊
လေးပါးသော ခပ်ညက်ဖြင့် ပျိုအန်အပ်ပြီးသော အညစ်အကြေး
ရှိသော။ ဓီရော၊ ပညာရှိသော။ သသော၊ ပုဂ္ဂလော၊ ထို ပုဂ္ဂိုလ်
ကို။ ဝေ၊ အမှန်စင်စစ်။ ကေရေတိ၊ တည်တံ့ခိုင်မြဲ။ မထေရ်ကြီး
ဟူ၍။ ပဓုစွတိ၊ ခေါ်ဆိုပညတ် သမုတ်အပ်လေသတည်း။

သုံးကျိပ်တို့ကို အကြောင်းပြု၍ “န လောန ထေရော ဘော ဟောတိ”
စသော နှစ် ဂါထာကို ဟောဟောန်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၆၀။ ဦးခေါင်းအပြင်	ဆံပင်ဖွေးဖြူ၊
ဖြစ်ရုံမျှလည်း	ထေရ်ကြီး မဟူ
ထိုသူအသက်	ရင့်ကျက်ခြင်းမူ၊
ကျိုးမပြီး	ချည်းနှီး အိုမင်းသူ။

260. He is not therefore an 'elder' merely because his head is grey; ripe is he in age, "old-in-vain" is he called.

ကားပြေ။ ။ အကြင်အကြောင်းကြောင့် ထိုရဟန်း၏ ဦးခေါင်းသည်
ဖွေးဖွေးဖြူကာမျှဖြင့် (ထေရ် အမည်ရှိ) ရဟန်းကြီး
မဖြစ်။ ထိုရဟန်းသည် အသက်အရွယ်အားဖြင့် ကြီးရင့်ခြင်းကို အချည်း
နှီးသော အိုမင်းခြင်းဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

therefore	အကြင်အကြောင်းကြောင့်
grey	ဖွေးဖွေးဖြူသော
ripe	ကြီးရင့်ခြင်း၊ မှည့်သော၊ အရွယ်ရောက်သော၊ ကြီးရင့်သော

မြန်မာကဗျာ

၂၆၀။ လောကုတ်တရား	စကားမှန်ချေ
မညည်းစောင့်ထ	သီလဣန္ဒြေ
ပျိုအန်ပြီးလစ်	အညစ်ရှိစေ
ဉာဏ်ခိုင်ပြီး	ထေရ်ကြီး မိန့်မြွက်ချေ။

261. In whom are truth, virtue, harmlessness, restraint, and control, that wise man who has cast out impurities is indeed called an elder.

စကားပြေ။ ။ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်၌ မှန်သောစကားကိုဆိုခြင်း (ဝါ၊ တဆယ့်ခြောက်ချက် သစ္စာနက်ကို သိမြင်ခြင်း) လည်းကောင်း၊ ကောင်းမြတ်သောအရည်အချင်း (လောကုတ္တရာတရား) သည် လည်းကောင်း၊ မညည်းဆဲခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ သီလစောင့်စည်းခြင်းသည်လည်းကောင်း၊ ဣန္ဒြေငါးပါးကို ဆုံးမခြင်းသည်လည်းကောင်း ရှိကုန်၏။ ပျိုအန်ပြီးသော အညစ်အကြေးရှိသော ထိုပညာရှိ ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဉာဏ်ခိုင်ပြီး မထေရ်ကြီးဟု ဆိုအပ်၏။

truth	မှန်သောစကားကိုဆိုခြင်း၊ သစ္စာတရားကိုသိမြင်ခြင်း
virtue	ကောင်းသောအရည်အချင်း (ပါရမီ) လောကုတ္တရာတရား
harmlessness	မညည်းဆဲခြင်း
restraint	သီလစောင့်စည်းခြင်း
control	ဣန္ဒြေငါးပါးကို ဆုံးမခြင်း
cast out	စွန့်ပစ်အပ်သော ပျိုအန်အပ်ပြီးသော
impurities	အညစ်အကြေးများ

၁၉၇။ သမ္မဟုလ ဘိက္ခု ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သူတပါးကို ပရိသတ်များသည်ကို ငြူစုကုန်

၂၆၂။ န ဝါက္ကရဏမတ္တေန၊
ဝဏ္ဏပေါက္ခရတယ ဝါ။
သာဓု ရူပေါ နရော ဟောတိ၊
ဣဿကီ မစ္ဆရီ သဌော။

အနက်— ဝါက္ကရဏမတ္တေန ဝါ၊ ပြေပြစ်လှသော ကောင်းစွာစကား
ပြောကြားကဿမ္ပဖြင့်လည်းကောင်း။ ဝဏ္ဏပေါက္ခရတယ ဝါ၊
ပြည့်ဖြိုးပဝင်း ကိုယ်အဆင်း၏ ကြည့်ကွင်းခင်တယ် နှစ်သက်ဖွယ်
ရှိခြင်းမျှဖြင့် လည်းကောင်း။ ဣဿကီ၊ ငြူစုတတ်သော။ မစ္ဆရီ၊
မစ္ဆေငါးချက် နှောင့်ယှက်ဖျင်းသိမ် မိမိစည်းစိမ်ကို ဝန်တိုတတ်
သော။ သဌော၊ ပရိယာယ်မာယာ အဖြာဖြာဖက်တွဲလျက် စဉ်းလဲ
ထသော။ နရော၊ လူသည်။ သာဓုရူပေါ၊ ကောင်းသော သဘော
ရှိသည်။ န ဟောတိ၊ မပြစ်နိုင်။

၂၆၃။ ယဿ စေတံ သမုစ္ဆိန္နံ၊
မူလသစ္စံ သမူဟတံ။
သ ဝန္တဒေါသော မေဓာဝီ၊
“သာဓုရူပေါ”တိ ဝုစ္စတိ။

အနက်— ယဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ စေတံ၊ ငြူစုမလို ဝန်တိုစဉ်းလဲ
ခြင်းကို။ သမုစ္ဆိန္နံ၊ အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် ပယ်ဖျက်ဖြတ်တောက်အပ်
၏။ မူလသစ္စံ၊ မြစ်ရင်းပါ ကုန်ဖြတ်အောင်။ သမူဟတံ၊ နှုတ်
ပယ်အပ်၏။ ဝန္တဒေါသော၊ ပျိုအန်အပ်ပြီးသော အပြစ်ရှိသော။
မေဓာဝီ၊ ပညာရှိသော။ သသော နရော၊ ထိုလူကို။ သာဓုရူပေါတိ၊
ကောင်းသောသဘောရှိ၏ဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်ထိုက်ပေသတည်း။

သော ရဟန်းတို့ကို အကြောင်းပြု၍ “န ဝါက္ကဿမတ္တေန” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၆၂။ အပြောကောင်းထ	ဆင်းလှရုံမျှ၊
ပန်တိုကောက်ကျစ်	တဆစ်ငြူစူ၊
ဤတရားများ	ကိုယ်အားကိန်းသူ၊
စဉ်မှတ်ကြောင်း	သူကောင်းမဖြစ်သူ။

262. Not by mere eloquence, nor by beautiful apperance does a man become "good-natured", should he be jealous, selfish, and deceitful

စကားပြေ။ ပြေပြစ်သာယာ ကောင်းစွာစကား ပြောကြားကာမျှ
ဖြင့်လည်းကောင်း၊ အဆင်းလှပ တင့်တယ်ခြင်းရှိရုံမျှဖြင့်
လည်းကောင်း ငြူစူဝန်တို့၍ တကိုယ်ကောင်းကြံကာ ကောက်ကျစ်
စဉ်းလဲသူ ဖြစ်နေလျှင်ကောင်းသော သဘော ရှိသောလူတယောက်မဖြစ်။

by mere	ရုံမျှဖြင့်
eloquence	စကားပြောကောင်းခြင်း
jealous	ငြူစူဝန်တို့သော
selfish	တကိုယ်ကောင်းကြံသော
deceitful	စဉ်းလဲကောက်ကျစ်သော

မြန်မာကဗျာ

၂၆၃။ အကြင်သူအား တပါးငြူစူ၊
 စဉ်းလဲကောက်ကုန် အမြစ်နှုတ်ယူ၊
 ထွေးအန်ပြီးလစ် အပြစ်ရှိသူ၊
 ပညာရှိ ဖြစ်ဘိသူကောင်းဟူ။

263. But in whom these are wholly cut off, uprooted, and extinct, that wise man who has cast out hatred is indeed called "good-natured".

ကောင်းပြေ။ ။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား ငြူစူခြင်း၊ ဝန်တိုစဉ်းလဲကောက်
 ကျစ်ခြင်းတို့ကို (အရဟတ္တမဂ်ဖြင့်) ဖြတ်တောက်ကာ
 အမြစ်ပါပြုတ်အောင် နှုတ်အပ်၏။ ထွေးအန်အပ်ပြီးသော အပြစ်ရှိသော
 ထိုပညာရှိကို ကောင်းသော သဘောရှိသော သူတော်ကောင်းဟု ဆို
 အပ်၏။

cut off
 uprooted
 extinct
 cast out
 hatred

ဖြတ်အင်ပြီ
 အမြစ်ပါကျောန်အောင်နှုတ်အပ်၏
 တုံးသွားပြီးဖြစ်ခြင်း၊ ချုပ်ငြိမ်းခြင်း
 စွန့်ပစ်သည်
 ခေါ်သ အပြစ်

၁၉၈။ ဟတ္ထက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် စေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ကိတ္တိတို့နှင့် အယူပြိုင်သောဟတ္ထက ရဟန်းသည်

၂၆၄။ န မုဏ္ဍကေန သမဏော၊
အဗ္ဗုတော အလိကံ ဘဏံ။
ဣစ္ဆာလောဘသမာပန္နော၊
သမဏော ကိံ ဘဝိဿတိ။

အနက်—

မုဏ္ဍ ကေန၊ ဦးပြည်း ခေါင်းတုံး ခိုက်ကာမျှဖြင့်။ သမဏော၊
သမဏ မည်လတ် ရဟန်းမြတ်သည်။ န ဟောတိ၊ မဖြစ်နိုင်။
အဗ္ဗုတော၊ သီလအကျင့် ဓူကင်အကျင့်မှကင်းသော။ အလိကံ၊
ချွတ်ယွင်းသောစကားကို။ ဘဏံ ဘဏန္တော၊ ဆိုသော။ ဣစ္ဆာ-
လောဘသမာပန္နော၊ အလိုရမှန် ပြည့်နှက်နေသောသူသည်။
သမဏော၊ သမဏမည်လတ် ရဟန်းမြတ်သည်။ ကိံ ဘဝိဿတိ၊
အဘယ်မှာ ဖြစ်နိုင်ပါအံ့နည်း။

၂၆၅။ ယော စ သမေတိ ပါပါနိ၊
အဏုံ ထူလာနိ သဗ္ဗသော။
သမိတတ္တာ ဟိ ပါပါနိ၊
“သမဏော” ကိ ပဝုစ္စတိ။

အနက်—

ယော စ၊ အကြင်သူသည်ကား။ အဏုံ ထူလာနိ၊ ငယ်ငယ်
ကြီးကြီး ဖြစ်ကုန်သော။ ပါပါနိ၊ ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်း
မှုတို့ကို။ သဗ္ဗသော၊ အခါခပ်သိမ်း။ သမေတိ၊ ငြိမ်းပျောက်
စေ၏။ သော၊ ထိုသူကို။ ပါပါနိ၊ ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှု
တို့ကို။ သမိတတ္တာဟိ သမိတတ္တာ ဝေ၊ ငြိမ်းပြီးသည်၏ အဖြစ်
ကြောင့်သာလျှင်။ သမဏောတိ၊ သမဏမည်လတ် ရဟန်းမြတ်
ဟူ၍။ ပဝုစ္စတိ၊ ခေါ်ဆိုပညတ် သမုက်လပ်လေသတည်း။

မူခြင်းငှါ“ န မုဏ္ဍကေန သမဏော ” စသော နှစ်ဂါထာကိုဟောတော်
မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၆၅။ အကြင်သူကား နှစ်ပါးကြီးငယ်၊
ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုရယ်၊
အခါခပ်သိမ်း အေးငြိမ်းစေတယ်၊
ထိုကြောင့်မှန်း ရဟန်းဆိုနိုင်တယ်။

265. He who subdues evil deeds both small and great entirely, because he has overcome all evil deeds, is called an ascetic.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည်ကား ကြီးကြီးငယ်ငယ် ဖြစ်ကုန်သော
ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုတို့ကို အခါခပ်သိမ်းငြိမ်း
စေ၏။ ထိုသူကား ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုတို့ကို ငြိမ်းစေတတ်
သောကြောင့်သာလျှင် ရဟန်းဟုဆို၏။

subdues
overcome

ငြိမ်းစေ၏
အောင်မြင်သည်၊ နှိမ်နင်းသည်၊ ငြိမ်းစေသည်

၈၉၉။ အညတရ ခြာဟ္မဏဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ပုဏ္ဏားတယောက်သည် တက္ကတွန်းထံ ရဟန်း
ပြု၍ ဘုရားရှင်ကို ဤသို့ လျှောက်၏။ အကျွန်ုပ်သည်လည်း ဆွမ်းခံ၍

၂၆၆။ န တေန ဘိက္ခု ယော ဟောတိ၊

ယာဝတာ ဘိက္ခုတေ ပရေ။

ဝိဿံ ဓမ္မံ သမာဒါယ၊

ဘိက္ခု ဟောတိ န တာဝတာ။

အနက်—

ယောပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ယာဝတာ၊ အကြင်
မျှလောက်သော အကြောင်းဖြင့်။ ဝိဿံ ဓမ္မံ၊ မညီညွတ်သော
အကျင့်ကို။ ဝါ၊ အဆိပ်နှင့်တူသော အကျင့်ကို။ သမာဒါယ၊
ယူ၍။ ဝါ၊ လိုက်နာလျက်။ ပရေ၊ သူတပါးတို့ကို။ ဝါ၊ သူတပါး
တို့ထံမှ။ ဘိက္ခုတေ၊ တောင်းခံ၏။ ဝါ၊ ဆွမ်းခံစား၏။ တေန၊
ထိုလှည့်လည်တောင်းခံ ဆွမ်းခံစားလာမျှဖြင့်။ ဘိက္ခု၊ ဘိက္ခု
မည်လတ် ရဟန်းမြတ်သည်။ န ဟောတိ၊ မဖြစ်နိုင်သေး။ (သဗ္ဗံ
ဓမ္မံ၊ အလုံးစုံသော ဝိနည်းကျင့်ဝတ် ပဋိပတ်ကို။) သမာဒါယ၊
ယူ၍။ ဝါ၊ ကျင့်ဆောင်သောအားဖြင့်။ ဘိက္ခု၊ ဘိက္ခုမည်လတ်
ရဟန်းမြတ်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်လာနိုင်၏။ တာဝတာ၊ ထိုကဲ့သို့
ဆွမ်းခံ (တောင်း) စားကာမျှဖြင့်။ ဘိက္ခု၊ ဘိက္ခု မည်လတ်
ရဟန်းမြတ်သည်။ န ဟောတိ၊ မဖြစ်နိုင်။

မှတ်ချက်။ ။ (သဗ္ဗံ ဓမ္မံ ထည့်၍ သင့်လျော်အောင် အနက် ပြန်
ထားသည်။

အသက်မွေးပါသည်။ အကျွန်ုပ်ကိုလည်း ဘိက္ခုဟု ခေါ်တော်မူပါဟု
လျှောက်ရာတွင် “န တေန ဘိက္ခု သော ဟောတိ” စသော နှစ်ဂါထာ
ကို ဟောတော်မူ၏။

၂၆၇။ ယော’ ဓ ပုညဉ္စ ပါပဉ္စ၊
ဗာဟေတွာ ဗြဟ္မစရိယ ဝါ၊
သင်္ခါယ လောကေ စရတိ၊
သ ဝေ “ဘိက္ခု”တိ ဝုစ္စတိ။

အနက်—

ယောပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဣမ ဣမသ္မိ လောကေ၊
ဤလောက၌။ ပုညဉ္စ၊ ကုသိုလ် ကောင်းမှုကို လည်းကောင်း။
ပါပဉ္စ၊ မကောင်းမှု (အကုသိုလ်) ကိုလည်းကောင်း။ ဗာဟေတွာ၊
ပစ်လွှင့်သောအားဖြင့် ခွါမျောပြီး၍။ ဝါ၊ စွန့်၍၊ ဗြဟ္မစရိ-
ယဝါ၊ မြတ်သောအကျင့်ကိုလည်း။ သင်္ခါယ၊ ပညာဖြင့် ဆင်-
ခြင်၍။ စရတိ၊ ကျင့်၏။ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဝေ၊
စင်စစ်။ ဘိက္ခုတိ၊ ဘိက္ခုမည်ပေတိ ရဟန်းမြတ်ဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊
ခေါ်ဆိုပညတ် သမုတ်အပ်လေသတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၂၇၀။ သူကပါးလံ	ဆွမ်းခံ ကြောင့်ကွယ်၊
ရဟန်းစင်စစ်	မဖြစ်နိုင်တယ်၊
အဆိပ်တူလင့်	အကျင့်ယူသယ်၊
ရှင်ရဟန်း	စစ်တန်းမဖြစ်တယ်။

266. He is not therefore a bhikkhu merely because he begs from others; by following ill-smelling actions one certainly does not become a bhikkhu.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် အကြင်မျှလောက်သော အကြောင်းဖြင့် အဆိပ်နှင့် တူသော အကျင့် တရားကို ဆောက်တည်သောအားဖြင့် ယူ၍ ဆွမ်းခံစားကာမျှဖြင့် ရဟန်းမြတ် မဖြစ်နိုင်သေး။ အလုံးစုံသော ဝိနည်းကျင့်ဝတ် ပဋိပတ်ကို လိုက်နာသောကြောင့်သာ ရဟန်းမြတ်ဖြစ်နိုင်၏။ ထို ဆွမ်းခံစားကာမျှဖြင့် ရဟန်းမြတ်မဖြစ်နိုင်။

မြန်မာကဗျာ

၂၆၇။ ဤလောကတွင် အကြင်သူသည်၊
ဉာဏ်ဖြင့်ပွားများ တရားကျင့်သည်၊
ကောင်းမကောင်းပြစ် လွင့်ပစ်မျှောပြီ။
မြတ်ရဟန်း စစ်တန်းဆိုနိုင်ပြီ။

267. Herein he who has abandoned both merit and demerit, he who is holy, he who lives with understanding in this world, he indeed is called a bhikkhu.

စကားပြေ။ ။ ဤလောက၌ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ကုသိုလ် အကုသိုလ် (ကောင်းမှု-မကောင်းမှု) နှစ်ပါးစုံကို (စစ်လွင့်သော အားဖြင့်) ခွါမျှောပြီး၍ မြတ်သော အကျင့်ကို ဆင်ခြင်ကျင့်သုံးနေသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို စင်စစ် ရဟန်း (ဘိက္ခု) ဟု ဆိုအပ်၏။

who lives with ဆင်ခြင်ကျင့်သုံးနေသော
by following ဆောက်တည်သော အားဖြင့် ယူ၍ (နည်းယူ၍)
certainly စင်စစ်အားဖြင့်
understanding အဆီအမြင် နားလည်ခြင်း

၂၀၀။ တိတ္ထိယ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေဟော်မူသောအခါ ဆွမ်းလှူကောအခါ စသည်တို့၌ ရဟန်းတို့ အနု-

၂၆၈။ န မောနေန မုနီ ဟောတိ၊
မုဠရူပေါ အဝိဒ္ဓသု၊
ယော စ တုလံဝ ပဂ္ဂယ၊
ဝရမာဒါယ ပဏ္ဍိတော။

၂၆၉။ ပါပါနိ ပရိဝဇ္ဇေတိ၊
သ မုနီ တေန သော မုနီ။
ယော မုနာတိ ဥဘော လောကေ၊
“မုနီ” တေန ပဗုစ္စတိ။

အနက်— မုဠရူပေါ၊ တွေ့ပေမိန်းမော သဘောရှိသည် ဖြစ်လျက်။
အဝိဒ္ဓသု၊ အဘိပညာ မရှိပဲလျက်။ မောနေန၊ စကားကင်းတိတ်
ဆိတ်ဆိတ် နေကာမျှဖြင့်။ မုနီ၊ မုနီမည်လတ် ရဟန်းမြတ်သည်။
န ဟောတိ၊ မဖြစ်နိုင်။ ယော စ ပဏ္ဍိတော၊ အကြင်ပညာရှိသည်
လည်း။ တုလံ၊ ချိန်ခွင်ကို။ ပဂ္ဂယ၊ ကိုင်ချီ၍၊ ဥဘော ဣဝ၊
ချိန်စက်ကာ ဘည်သကဲ့သို့၊ ပရိ၊ သီအစု မြတ်ကျေးဇူးကို၊
အာဒါယ၊ ဆောင်ယူပြီးလျှင်။

ပါပါနိ၊ မကောင်းမှုတို့ကို၊ ပရိဝဇ္ဇေတိ၊ ကြဉ်ရှောင်၏။
သ သော ပဏ္ဍိတော၊ ဆိုပညာရှိသည်။ တေန၊ ထိုမကောင်းမှု
တို့ကို ရှောင်ကြဉ်ခြင်းကြောင့် သာလျှင်။ မုနီ၊ မုနီမည်လတ်
ရဟန်းမြတ်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်နိုင်၏။ ယော၊ အကြင်သူသည်။
လောကေ၊ လောက၌။ ဥဘော၊ နှစ်ပါးသော အတ္တဟိတ ပရ-
ဟိတ ပစ္စုပ္ပန်သံသရာ လောကီ ကုတ္တရာအကျိုးတို့ကို။ မုနာတိ၊
နှိုင်းယှဉ်၍ သိ၏။ ယော၊ ဆိုအကြောင်းကြောင့်။ သော၊ ထို
သူကို။ မုနီ၊ မုနီဟူ၍။ ပဗုစ္စတိ၊ ခေ၍ဆိုသည် သမုတ်အပ်လေ
သတည်း။

မောဒနာတရား ဟောကြားသည်ရှိသော် တိတ္ထိတို့သည် ငါတို့ကား
မုနိ ပီပိဆိတ်ဆိတ်နေအံ့ဟုကြံ၍ စကားမပြော တရားမဟော နေကုန်
သည်ဟူ၍ ဆိုကြကုန်၏။ ဤအကြောင်းကို ဘုရားရှင်ကြားတော်မူ၍
“န မောမနန မုနိ ဟောတိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၆၈။ တောဝေမောမိန်း	ဉာဏ်ထိန်းဆိတ်လျှင်၊
မြတ်စွာတပည့်	မုနိမကွင်၊
ချိန်ခွင်ကိုင်လျက်	ချိန်စက်သည့်သွင်
ပညာရှိ	ယူဘိ ကောင်းမြတ်စဉ်။
၂၆၉။ ယုတ်မာညစ်ကျ၊	ရှောင်မူကြောင့်သာ၊
ထိုပညာရှိ	မုနိမည်တာ၊
နှစ်ဖြာလောက	ကျိုးရကိုသာ၊
နှိုင်းယှဉ်သိ	မုနိမည်ပြန်တာ။

268. Not by silence (alone) does he become a sage who is dull and ignorant, but he who, as if holding a pair of scales, embraces the best and shuns evil, is indeed a wise man.

269. The sage avoids evils: for that reason he is a sage; he that understands both worlds is therefore called a sage.

pair of scales	ချိန်ခွင်အစုံ
embraces	ယုံကြည်လက်ခံသည်၊ စောင့်ယူသည်
shuns	ရှောင်ကြဉ်သည်

စကားပြေ ။ တွေဝေမိန်းမော သဘောရှိသည်ဖြစ်၍ အသိပညာမရှိ
 ပဲလျက် (တဟောက်တည်း) ဆိတ်ဆိတ်နေရုံမျှဖြင့် မုန့်
 မည်လတ် (ရဟန်းမြတ်) မဖြစ်၊ သို့ရာတွင် အကြင်ပညာရှိသည် ချိန်ခွင်ကို
 ကိုင်ချီ၍ ချိန်စက်ကာ တည်သကဲ့သို့ သိသအစု မြတ်မကျားဇူးကို ယုံကြည်
 လက်ခံ၍...မကောင်းမှုတို့ကို ရှောင်ကြဉ်လျှင် ဟကယ်စင်စစ် မုန့်ဖြစ်၏။
 ထိုမကောင်းမှုကို ရှောင်ကြဉ်သောကြောင့်သာ လျှင် ထိုပညာရှိ ပုဂ္ဂိုလ်
 သည် မုန့်မည်သော သူမြတ်ဖြစ်၏။ အကြင်သူသည် ပစ္စုပ္ပန် သံသရာနှစ်ဖြာ
 လောက (အတ္တဟိတ ပရဟိတ) ကိုယ်ကျိုးသူကျိုးကို နှိုင်းယှဉ်၍သိ၏။
 ထို့ကြောင့် ထိုသူကို မုန့်ဟူ၍ ဆိုအပ်၏။

၂၈၁။ ဗာလိသိက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သံဃာအပေါင်းခြံရံလျက် ဆွမ်းခံကြတော်
မူ၍ အထွက်တွင် အရိယာအမည်ရှိသောသူသည် ငါးမျှား၍နေ၏။
အနီးသို့ရောက်လျှင် ကုန်းရှင်သည့် ရှင်သာရိပုတ္တရာ ရှင်မောဂ္ဂလာန်
စသော သာဝကတို့၏ အမည်ကို မေးတော်မူ၍ ငါးမျှားနေသူကိုလည်း
သင့်အမည်ကား အသုနည်းဟု...မေးတော်မူ၏။ အကျွန်ုပ်ကား အရိယ
မည်၏ဟုလျှောက်ရာတွင် ရပ်တော်မူ၍ “န တေန အရိယော ဟောတိ”

၂၈၂။ န တေန အရိယော ဟောတိ၊

ယေန ပါဏာနိ ဟိံသတိ။

အဟိံသာ သဗ္ဗပါဏာနံ၊

“အရိယော”တိ ဝဂ္ဂစတိ။

အနက်--

ယေန ကာရဏေန၊ အကြင်အကြောင်းဖြင့်။ ပါဏာနိ၊ အမျိုး
အနွယ်အစားအစားရှိသောသတ္တဝါတို့ကို။ ဟိံသတိ၊ ညှဉ်းဆဲ၏။
တေန၊ ထိုညှဉ်းဆဲခြင်းကြောင့်။ အရိယော၊ အရိယာမည်သော
သူမြတ်သည်။ န ဟောတိ၊ ပြောနိုင်။ ယော၊ ပုဂ္ဂလော၊ အပြင်
ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ သဗ္ဗပါဏာနံ၊ ကြွင်းမဲ့သုံး အလုံးစုံကုန်သော
သတ္တဝါတို့ကို။ အဟိံသာ၊ မေတ္တာပွားမယာအားဖြင့် မညှဉ်းဆဲ
သောကြောင့်။ သော၊ ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ အရိယောတိ၊
အရိယာမည်၏ဟူ၍။ ဝဂ္ဂစတိ၊ ခေါ်ဝေါ်ပညတ် သမုတ်အပ်
လေသတည်း။

စသောဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ငါးမျှားနေသူ အရိယသည်
သောတာပန် တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၇၀။ သတ္တဝါနှိပ်စက်	သို့တုက်ကြောင့်သာ၊
အရိယစစ်	မဖြစ်နိုင်ပါ၊
သတ္တဝါခပင်း	ချစ်ခြင်းကြောင့်သာ၊
အရိယ	မုချဆိုအပ်စွာ။

270. He is not therefore an Ariya in that he harms living beings; through his harmlessness towards all living beings is he called an Ariya.

စကားပြေ။ ။ အကြင်အကြောင်းကြောင့် သက်ရှိသတ္တဝါ အစားစား
တို့ကို ညှဉ်းဆဲနှိပ်စက်၏။ ထိုသို့ ညှဉ်းဆဲခြင်းကြောင့်
သူသည် အရိယာသူမြတ်မဖြစ်။ သက်ရှိသတ္တဝါအားလုံးတို့ကို (မေတ္တာ
ပွားသော အားဖြင့်) မညှဉ်းဆဲ မနှိပ်စက်သောကြောင့် ထိုသူကို အရိယာ
သူမြတ်ဟူ၍ ခေါ်ဝေါ် ပညတ် သမုတ်အပ်ပေသည်။

၂၀၂။ သမ္မဟုလ သီလာဒိသမ္ပန္န ဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတပန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သီလရှိကုန်သော၊ ဓူယင်ဆောက်တည်ကုန်သော

၂၇၁။ န သီလဗ္ဗတမတ္တေန၊
ဗဟုဏ္ဍေန ဝါ ပန။
အထ ဝါ သမာဓိလာဘေန၊
ဝိဝိတ္တာယနေန ဝါ။

၂၇၂။ ဖုဿမိ နေက္ခမ္မသုခံ၊
အပုထုဇ္ဇနသေဝိတံ။
ဘိက္ခု ဝိဿာသမာပါဒိ၊
အပ္ပတ္တော အာသဝက္ခယံ။

အနက်-

သီလဗ္ဗတမတ္တေန ဝါ၊ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ခြိုးခြံသီလ ပြည့်ဝ
ရုံဖြင့် လည်းကောင်း။ ဗဟုဏ္ဍေန ဝါ၊ ပိဋကတ်သုံးပုံ နှုတ်ငုံ
ဆောင်ထား အကြားအမြင် များကဿမ္ပဖြင့် လည်းကောင်း။
အထ၊ ထိုမှတစ်ပါး။ သမာဓိလာဘေန ဝါ၊ သမာဓိတရား ရကာ
မျှဖြင့်လည်းကောင်း။ ဝိဝိတ္တာယနေန ဝါ၊ လူသူကင်းကွာဆိတ်
ငြိမ်ရာအရပ်၌ နေကာမျှဖြင့်လည်းကောင်း။ အပုထုဇ္ဇနသေဝိတံ၊
ပုထုဇဉ် လူသာမန်တို့ မမှီဝဲအပ်သော။ နေက္ခမ္မသုခံ၊ အနာဂါမ်
ပိုလ်ချမ်းသာကို။ ဖုဿမိ၊ ငါရောက်အံ့။ ဝါ၊ ငါရောက်ပြီ။
ဣတိ ဇတ္ထကမတ္တေန ဝါ၊ ဤမျှအတိုင်းအရှည်ဖြင့်လည်းကောင်း။
ဘိက္ခု၊ ရဟန်းသည်။ အာသဝက္ခယံ၊ အာသဝေါလုံးစုံ ကုန်ရာ
ဖြစ်သော အရဟတ္တဖိုလ်သို့။ အပ္ပတ္တော၊ မရောက်သေးသည်
ရှိသော်။ ဝိဿာသံ၊ ဝဋ်ဆင်းရဲ၌ အကျွမ်းဝင်ခြင်းသို့။ ဝါ၊
အနည်းငယ်မျှ၍ ဘဝဟု စိတ်ကမျောမွန်း ချစ်ကျွမ်းဝင်ခြင်းသို့။
ဝါ၊ ကျေနပ်နေခြင်းသို့။ မာပါဒိ၊ မရောက်ပါစေလင့်။

ဆုံးမတော် မူခြင်းငှါ “န သီလဗ္ဗတမဇ္ဈေန” စသော နှစ်ဂါထာကို
ဟောတော်မူ၏။

စကားပြေ။ ။ ပြင်းပြင်းထန်ထန် ခြိုးခြံသီလ ပြည့်စုံမျှဖြင့် လည်း
ကောင်း၊ တဖန် အကြားအမြင် (ဗဟုသုတ) များကာ
မျှဖြင့်လည်းကောင်း၊ သမာဓိတရားကို ရကာမျှဖြင့် လည်းကောင်း၊
ပုတုဇဉ် လူသာမန်တို့ မမှီဝဲအပ်သော (အနာဂါမိဖိုလ်) ချမ်းသာကို
ငါခံစားရပြီဟု တွေးတော ကြံဆကာ ဆိတ်ငြိမ်ရာ၌ နေကာမျှဖြင့်
လည်းကောင်း အိုရဟန်း သင်သည် ဤတရားမျှနှင့် ကျေနပ် မနေ
သဖြင့် အာသဝေါတရားတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာ (အရဟတ္တဖိုလ်) သို့ မရောက်
မချင်း (ဝဋ်ဆင်းရဲ၌ အကျွမ်းဝင်ခြင်းသို့ မရောက်ပါစေလင့်) ကျေနပ်
မနေလင့်။ (ရဟန္တာဖြစ်အောင် အားထုတ်ပါဦး) ဟူလို။

ဓမ္မဋ္ဌဝဂ်-တရား၌တည်ခြင်း အုပ်စုပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ

အခန်း ၂၀။

မဂ္ဂဝဂ်-လမ်းခရီးအုပ်စု

၂၀၃။ ပဉ္စသတ ဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဤမည်သော လမ်းခရီးကား ကောင်း၏။

၂၇၃။ မဂ္ဂါနန္ဒဂီကော သေဋ္ဌော၊
သစ္စာနံ စတုရော ပဒါ။
ဝိရာဂေါ သေဋ္ဌော ဓမ္မာနံ၊
ဒွိပဒါနဉ္စ စက္ခုမာ။

အနက်—

မဂ္ဂါနံ၊ ခရီးလမ်းကြောင်း စုပေါင်းဟောထွက် မဂ်ဟူသမျှ
တို့တွင်။ အန္ဒဂီကော၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ စရှိစဉ်လာ အင်္ဂါရှစ်ပါး
ရှိသော မဂ်သည်။ သေဋ္ဌော၊ ကေနိဆတ်ဆတ် အမှန်မြတ်၏။
သစ္စာနံ၊ ဂစီသမုကိ စရှိများစွာ သစ္စာ အပေါင်းတို့တွင်။ စတု-
ရော ပဒါ၊ ဒုက္ခ သမုဒယ နိရောဓနှင့် မဂ္ဂမည်သာ လေးပုဒ်ရှိ
ကုန်သော အရိယသစ္စာတို့သည်။ သေဋ္ဌော၊ ချီးမွမ်းပေအပ် မြတ်လှ
ပေကုန်၏။ ဓမ္မာနံ၊ သင်္ခတ အသင်္ခတ စသည်များပြား တရား
အပေါင်းတို့တွင်။ ဝိရာဂေါ၊ တပ်ခြင်းရာဂ ကင်းပ ရပ်ငြာန်
နိဗ္ဗာန်တရားသည်။ သေဋ္ဌော၊ ချီးမွမ်းအပ် မြတ်လှပေ၏။ ဒွိပ-
ဒါနဉ္စ၊ အခြေနှစ်ချောင်းရှိသော သူတို့တွင်။ စက္ခုမာ၊ စက္ခု
ငါးပါးရှိသော မြတ်စွာဘုရားသည်။ သေဋ္ဌော၊ အထူးသဖြင့်
ချီးမွမ်းအပ် မြတ်လှပေ၏။

ဤမည်သော လမ်းခရီးကား မကောင်း စသည်ဖြင့် ခရီးစကားကို
ပြောဆို၍ နေကြကုန်သော ရဟန်းငါးရာတို့ကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ
“မဂ္ဂါနဋ္ဌဂီတော သေဇဋ္ဌာ” စသော ၄၀ ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

၂၇၄။ သေဝ မဂ္ဂေါ နတ္ထဇညာ၊

ဒဿနဿ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

တေဉ္စိ တုဗ္ဗေ ဝဋ္ဋိပဇ္ဇတ၊

မာရဏေတံ ပဓောဟနံ။

အနက်—

ဒဿနဿ၊ မဂ်ဖိုလ်အစဉ် ဉာဏ်အမြင်၏။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ အထူး
သဖြင့် စင်ကြယ်ခြင်းငှါ။ သေဝ သေဝ၊ ဤအင်္ဂါရှစ်ပါး
ရှိသော လမ်းသည်သာလျှင်။ မဂ္ဂေါ၊ နိဗ္ဗာန်သွားကြောင်း
လမ်းကောင်းအစစ် အမှန်ဖြစ်၏။ အညော၊ သည်မှတစ်ပါးသော
အခြားလမ်းသည်၊ နတ္ထံ၊ မရှိ။ တေဉ္စိ တေဝ၊ နိဗ္ဗာန်သွား
ကြောင်း လမ်းကောင်းမည်တွင် ထိုမဂ္ဂင်ခရီးကိုသာလျှင်။ တုဗ္ဗေ၊
သင်ချစ်သားတို့သည်။ ဝဋ္ဋိပဇ္ဇတ၊ ကျင့်ဆောင်ပွားကြ တရား
ပြလျက် သွားကြကုန်သလော။ တေ၊ ထိုမဂ္ဂင်ခရီးသည်၊ မာရဿ၊
မာရ်မင်း၏။ ပဓောဟနံ၊ ဦးနှောက်မှ၊ ဒလက်လယ်၍ ခက်စဖွယ်
ညည်းတ၍ ဟီးချသော မေ့လျော့မိနိုးမောရာသာတည်း။

မြန်မာ ဂဗျာ

၂၇၅။ မဂ္ဂင်ရှစ်ပါး

သစ္စာသောချက်

ရာဂကင်းပြတ်

ဉာဏ်မြင်ရှိ

မြတ်ထား မဂ်တွင်၊

မြတ်လျက် မှန်တွင်၊

တရားခတ်တွင်၊

မြတ်ဘိ လူနတ်တွင်။

273. Of paths the Eightfold is the best, of truths the four Sayings (are the best); dispassion is the best of states and of bipeds the Seeing One.

စကားပြေ။ ။ အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသောမဂ်သည် မဂ်တို့တွင် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။ (ဝစီသမုတိ စသည်များစွာ)သစ္စာအပေါင်းတို့တွင် လေးပုဒ်ရှိသော အရိယာသစ္စာတို့သည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်ကုန်၏။ တရားအပေါင်းတို့တွင် ရာဂကင်းရာဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်သည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်၏။ လူနတ်အပေါင်း (အခြေနှစ်ချောင်းရှိသတ္တဝါ) တို့တွင် စက္ခုငါးပါးရှိတော်မူသော မြတ်စွာဘုရားသည် အမြတ်ဆုံးဖြစ်တော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၇၄။ ဉာဏ်အမြင်ဝယ်	စင်ကြယ်ရာမှာ၊
မဂ္ဂင်ကြည်ထား	လမ်းကားရှိပါ၊
ဤမဂ္ဂင်လမ်း	ခြောက်ယန်းသွားပါ၊
မာရ်နတ်ကြီး	ကွေးပြီး မှိုင်နေရှာ။

274. this is the only Way, there is none other for the purity of vision; do you follow this Path. This is the bewilderment of Māra.

စကားပြေ။ ။ မဂ်ဖိုလ်အစဉ် ဉာဏ်အမြင် စင်ကြယ်ရေးအတွက် (ဤအင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော) လမ်းသည်သာလျှင် (နိဗ္ဗာန်သွားကြောင်း) လမ်းဟောင်းအစစ် အမှန်ဖြစ်၏။ သည်မှ တပါး အခြားလမ်းမရှိ။ (နိဗ္ဗာန်သွားကြောင်း လမ်းဟောင်းမည်တွင်) ဤမဂ္ဂင်ခရီးကိုသာလျှင် သင်တို့သည် (ကျင့်ဆောင်ပွားကြံ တစားပြုလျက်) သွားကြကုန်လော့။ ဤ မဂ္ဂင်ခရီးသည် မာရ်မင်း၏ ဦးနှောက်မှာ ဒလက်လယ်၍ ခက်စွယ် ညည်းတ ဟီးမျှမှိုင်ကာ ဟောစေ မိန်းမောရာသာတည်း။

bipeds

Seeing One

အခြေနှစ်ချောင်းရှိသောသတ္တဝါများ

စက္ခုငါးပါးရှိသော မြတ်စွာဘုရား

၂၇၅။ တေဉ္စိ တုမေ ပဋိပန္နာ၊
ဒုက္ခဿန္တံ ကရိဿထ။
အက္ခာစော ဝေ၊ မယာ မဂ္ဂေ၊
အညာယ သလ္လကန္တနံ။

အနက်—

တေဉ္စိ တေဝေ၊ ထိုမဂ္ဂင်ခရီးကိုသာလျှင်။ ပဋိပန္နာ၊ ကျင့်ဆောင်ကြိုးစား သွားကြကုန်သည်ရှိသော်။ တုမေ၊ သင်တို့သည်။ ဒုက္ခဿန္တံ၊ သံသရာညွတ် ငဋ်ဆင်းရဲအဆုံးကို။ ကရိဿထ၊ ပြုရကုန်လတ္တံ့။ သလ္လကန္တနံ၊ ရာဂစသော ခြေသင့်တံသင်းကို နှုတ်ပယ်လသော။ တေ၊ ထိုမဂ္ဂင်ခရီးကို။ အညာယ၊ တဆင့်စကား မကြားရဘိ ကိုယ်တိုင်သိ၍။ အယံ မဂ္ဂေ၊ ဤမဂ္ဂင်ခရီးကို။ ဝေ၊ သင်တို့အား။ အက္ခာစော၊ ဟောတော်မူအပ်ပြီ။

၂၇၆။ တုမေဟိ ကိစ္စမာတပုံ၊
အက္ခာတာရော တထာဂတာ၊
ပဋိပန္နာ ပမောက္ခန္တိ၊
ဈာယိနော မာရဗန္ဓနာ။

အနက်—

တုမေဟိ၊ သင်တို့သည်။ အာတပုံ၊ အားထုတ်ခြင်းလုံ့လကို။ ကိစ္စံ ကရဏီယံ၊ ပြုအပ်၏။ ဝေ၊ ပြုကြကုန်လော့။ တထာဂတာ၊ လာခြင်းကောင်းသော ငါဘုရားတို့သည်။ အက္ခာတာရော၊ ညွှန်ပြဟောကြားရုံသာ ဖြစ်တော်မူကြကုန်၏။ ပဋိပန္နာ၊ ဘုရားဟောကြား တရားအတိုင်းကျင့်ကုန်သော။ ဈာယိနော၊ အာရဇ္ဈဏပုလ္လကဏ္ဍပ နှစ်ဝနှစ်တန် ဈာန်တို့ဖြင့် ရှုလေ့ရှိကုန်သော သူတို့သည်။ (ပဋိပန္နာ၊ မဂ်ခရီးတို့ သွားကုန်လျက်။ ဈာယိနော၊ လက္ခဏာရေးကို ရှုလေ့ရှိသောသူတို့သည်။) မာရဗန္ဓနာ၊ ဘုံသုံးပါးဝယ် ချာချာလယ်ခြင်းတည်းဟူသော မာရ်မင်း၏ အနှောင်အဖွဲ့မှ။ ပမောက္ခန္တိ၊ လွတ်မြောက်ကြရလေကုန်သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၂၇၅။ မဂ်ခရီးသို့ သင်တို့သွားမူ၊
ဆင်းရဲအားလုံး ကုန်ဆုံးလိမ့်ဟူ၊
ရာဂငြောင့်ကင်း သိခြင်းနိဗ္ဗူ၊
ငါဘုရား ဟောကြား မဂ်ကိုမူ။

275. Entering upon that Path you will make an end of pain; having learnt have I taught you the Path that removes the thorns.

စကားပြေ။ ။ ထိုမဂ္ဂခရီးကိုသာလျှင် (ကျင့်ဆောင်ကြိုးစား) သွားကြ ကုန်သည့်ရှိသော် သင်တို့သည် ဆင်းရဲခြင်း၏ အဆုံးသို့ ရောက်အောင် ပြုနိုင်ကြကုန်လတ္တံ့။ ရာဂစသော ဆူးငြောင့်တို့မှလွတ်ကင်းသော နိဗ္ဗာန်ကို သိ၍ ဤမဂ္ဂခရီးကို သင်တို့အား ငါဘုရားသည် ဟောကြားတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၇၆။ အားထုတ်ကြဖို့ သင်တို့တတွေ၊
ဘုရားရှင်များ ဟောကြားမိန့်ချေ၊
မဂ္ဂင်သွားလမ်း စီးဖြန်းပွားနေ၊
မာရ်နေောင်ဖွဲ့ လွတ်မဲ့လူသားတွေ။

276. You yourselves must make an effort; the Tathāgatas are only teachers. The meditative ones who enter the way are delivered from the bonds of Māra.

စကားပြေ။ ။ သင်တို့သည် သင်တို့ကိုယ်တိုင် အားထုတ်ကြကုန်လော့။ ဘုရားရှင်တို့သည် လမ်းညွှန်သင်ပြ ဟောကြားရုံသာ ဖြစ်ကော်မူကြကုန်၏။ မဂ်ခရီးကိုသွားသော လက္ခဏာရေးကို ရှုကုန်သော သူတို့သည် မာရ်မင်းအနေောင်အဖွဲ့မှ လွတ်မြောက်ကြကုန်၏။

thorns	(ရာဂစသော) ဆူးငြောင့်များ
are only teachers	သင်ပြဟောကြားရုံသာဖြစ်ကုန်၏
are delivered	လွတ်မြောက်ကြကုန်၏
the bonds of Māra	မာရ်မင်း၏အနေောင်အဖွဲ့

၂၀၄-၂၀၅-၂၀၆။ လက္ခဏတ္ထယ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌နေ
တော်မူသောအခါ အနိစ္စလက္ခဏာကို ရှုကုန်သော ရဟန်းငါးရာတို့ကို

၂၇၇။ သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စဘဝိ၊
ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊
သေမဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

အနက်—

သဗ္ဗေ၊ ခပ်သိမ်းညီညို အလုံးစုံကုန်သော။ သင်္ခါရာ၊
အကြောင်းတရား လေးပါးပေါင်းစု ပြုပြင်အပ်စွာ ခန္ဓာငါးပါး
ရုပ်နာမ်တရားတို့သည်။ အနိစ္စဘ၊ ဖြစ်လျှင်ချုပ်စဲ မှန်မလွဲသဖြင့်
မမြဲသော သဘောရှိကုန်၏။ ဣဟံ၊ ဤသို့။ ယဒါ၊ အကြင်အခါ
၌။ ပညာယ၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ပညာဖြင့်။ ပဿတိ၊ ကောင်းစွာ
ရှုမြင်၏။ အထ၊ ဤသို့ ရှုမြင်သော အခါ၌။ ဒုက္ခေ၊ ခန္ဓာဝန်ကို
အားသွန်ကြိုးပမ်း ယမ်းဆောင်ရခြင်း ဆင်းရဲ၌။ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ငြီးငွေ့
၏။ သေ သေသော၊ ဤသို့ ငြီးငွေ့ခြင်းသည်။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ ကံလေ
သမ္ပ စင်ကြယ်ခြင်း၏။ မဂ္ဂေါ၊ အကြောင်းပေတည်း။

အကြောင်းပြု၍ “သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ အနိစ္စာ” စသောဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ဒုက္ခလက္ခဏာကို ရှုကုန်သော ရဟန်းငါးရာတို့ကို

၂၇၀။ သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာတိ၊
ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗိန္ဒတိ ဒုက္ခေ၊
သေမဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယ။

အနက်—

သဗ္ဗေ၊ ခပ်သိမ်းဥဿုံ အလုံးစုံကုန်သော။ သင်္ခါရာ၊ အကြောင်းတရား လေးပါးပေါင်းစု ပြုပြင်အပ်စွာ ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့သည်။ ဒုက္ခာ၊ အမြဲမပြတ် နှိပ်စက်တတ်သော သဘောကြောင့် ဆင်းရဲကုန်သည်သာလျှင်တည်း။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ယဒါ၊ အကြင်အခါ၌။ ပညာယ၊ ဝိပဿနာ ဉာဏ်ပညာဖြင့်။ ပဿတိ၊ ကောင်းစွာရှုမြင်၏။ အထ၊ ဤသို့ ရှုမြင်သောအခါ၌။ ဒုက္ခေ၊ ခန္ဓာဝန်ကို အားသွန်ကြိုးပမ်း ယမ်းဆောင်ရခြင်း ဆင်းရဲ၌။ နိဗ္ဗိန္ဒတိ၊ ငြီးငွေ့၏။ သေ သော၊ ဤသို့ ငြီးငွေ့ခြင်းသည်။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ ကိလေသာမှ စင်ကြယ်ခြင်း၏။ မဂ္ဂေါ၊ အကြောင်းပေတည်း။

အကြောင်းပြု၍ “သဗ္ဗေ သင်္ခါရာ ဒုက္ခာ” စသော ဂါထာကို ဟော
တော်မူသည်။ အနတ္တလက္ခဏာကို ရှုကုန်သော ရဟန်းငါးရာတို့ကို

မြန်မာကဗျာ

၂၇၇။ ခန္ဓာငါးဝ	အနိစ္စပင်၊
ပညာဖြင့်ကြည့်	မြင်သည့်ချိန်တွင်၊
သံသာဖြစ်လေ့	ငြီးငွေ့ဉာဏ်စဉ်၊
နိဗ္ဗာန်သို့	သွားဖို့လမ်းမှန်ပင်။

277. "Transient are all compound things": when this one discerns with wisdom, then is one disgusted with Ill; this is the Path to Purity.

စကားပြေ။ ။ ခပ်သိမ်းကုန်သော အကြောင်းတရား လေးပါးတို့သည်
ပြုပြင်အပ်ကုန်သော ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့
သည် အမြဲမရှိကုန်ဟု အကြွင်းအခါ၌ ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာဖြင့်ခွဲခြား၍
သိမြင်၏။ ထိုအခါ (ခန္ဓာဝန်ကို အားသွန်ကြီးပမ်းထမ်းဆောင်ရသော)
သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲကို ငြီးငွေ့၏။ ဤသို့ငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေသာ
စင်ကြယ်၍ နိဗ္ဗာန်သို့သွားရန် လမ်းဖြစ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၇၈။ ခန္ဓာငါးဝ	ဒုက္ခပူပင်၊
ပညာဖြင့်ကြည့်	မြင်သည့်ချိန်တွင်၊
သံသာဖြစ်လေ့	ငြီးငွေ့ဉာဏ်စဉ်၊
နိဗ္ဗာန်သို့	သွားဖို့လမ်းမှန်ပင်။

discerns	သိမြင်ခြင်း
disgusted	ငြီးငွေ့သည်
Transient	အမြဲမရှိသော

အကြောင်းပြု၍ “သဗ္ဗေ ဓမ္မော အနတ္တာ” စသောဂါထာကိုဟောတော်
မူသည်။ ထိုရဟန်းတို့သည် ရဟန္တာဖြစ်ကုန်၏။

278. “Sorrowful are all compound things”: when this
one discerns with wisdom, then is one disgusted with
Ill; this is the Path to Purity.

ကောဓပြေ။ ။ ခပ်သိမ်းကုန်သော အကြောင်းတရား လေးပါးတို့သည်
ပြုပြင်အပ်ကုန်သော ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်တရားတို့
သည် ဆင်းရဲကုန်၏ဟု အကြင်အခါ၌ ဝိပဿနာဉာဏ်ပညာဖြင့် ပိုင်းခြား
ထင်ထင် သိမြင်၏။ ထိုအခါ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည် သံသရာဝဋ်ဆင်းရဲ၌ ငြီးငွေ့၏။
ဤသို့ ငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေသာစင်ကြယ်၍ နိဗ္ဗာန်သွားရန်လမ်းဖြစ်၏။

၂၇၉။ သဗ္ဗေ ဓမ္မော အနတ္တာတိ၊
ယဒါ ပညာယ ပဿတိ။
အထ နိဗ္ဗန္တတိ ဒုက္ခေ၊
သေမဂ္ဂေါ ဝိသုဒ္ဓိယာ။

အနက်—

သဗ္ဗေ၊ ခပ်သိမ်းညီညွတ် အလုံးစုံကုန်သော။ ဓမ္မော၊ (အကြောင်း
တရား လေးပါးပေါင်းစု ပြုပြင်အပ်စွာ) ခန္ဓာငါးပါး ရုပ်နာမ်
တရားတို့သည်။ အနတ္တာ၊ မအို မသေ တည်နေရန် အလိုသို့မလိုက်
သော သဘောအရကြောင့် အနတ္တတို့သာတည်း။ အနတ္တာ၊ ပုဂ္ဂိုလ်
သတ္တဝါ သူငါးမဟုတ် တမဟုတ်မျှ မတည်ကြငြား အနတ္တတရား
တို့သာတည်း။ ဣတိ၊ ဤသို့။ ယဒါ၊ အကြင်အခါ၌။ ပညာယ၊
ဝိပဿနာ ဉာဏ်ပညာဖြင့်။ ပဿတိ၊ ကောင်းစွာ ရှုမြင်၏။ အထ၊
ဤသို့ ရှုမြင်သောအခါ၌။ ဒုက္ခေ၊ ခန္ဓာဝန်ကို မားသွန်ကြိုးငမ်း
ထမ်းဆောင်ခြင်း ဆင်းရဲ၌။ နိဗ္ဗန္တတိ၊ ငြီးငွေ့၏။ သေ သေသော၊
ဤသို့ ငြီးငွေ့ခြင်းသည်။ ဝိသုဒ္ဓိယာ၊ ကိလေသာမှ စင်ကြယ်
ခြင်း၏။ မဂ္ဂေါ၊ အကြောင်းပေတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၂၇၉။ ခန္ဓာဓမ္မ	အနတ္တပင်၊
ပညာဖြင့်ကြည့်	မြင်သည့်ချိန်တွင်၊
သိသာဖြစ်လေ့	ငြီးငွေ့ညက်စဉ်၊
နိဗ္ဗာန်သို့	ရောက်ဖို့လမ်းမှန်ပင်။

279. "Everything that is, is without self"; when this one discerns with wisdom, then is one disgusted with Ill; this is the Path to Purity.

စကားပြေ။ ။ ဖြစ်ဖြစ်သမျှသော အရာဝတ္ထု တိုင်းသည် (ပါ) ခန္ဓာငါးပါးရုပ်နာမ်အားလုံးသည် “အသက် လိပ်ပြာ ပုဂ္ဂိုလ်သတ္တဝါ သူငါးမဟုတ် တမဟုတ်မျှ မတည်ကြံငြား အနတ္တတရား” သာတည်းဟု... အကြင်အခါ၌ ဝိပဿနာပညာဖြင့် မြင်၏။ (သိမြင်၏) ထိုအခါ ခန္ဓာဝန်ကို အားသွန်ကြိုးပမ်း ထမ်းဆောင်ရခြင်း ဝဋ်ဆင်းရဲ၌ ငြီးငွေ့၏။ ဤသို့ ငြီးငွေ့ခြင်းသည် ကိလေသာစင်ကြယ်၍ နိဗ္ဗာန်သွားရန်လမ်းဖြစ်၏။

၂၀၇။ ပဓာနကမ္မိကံ တိဿတ္ထေရ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သာဝတ္ထိမြို့မှ အမျိုးသားငါးရာတို့သည် ရဟန်း
ပြု၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းခြင်းငှါ တောကျောင်းဝင်ကုန်၏။ တိဿ အမည်
ရှိသော ပျင်းရိသော ရဟန်းတယောက်ကား ဇေတဝန် ကျောင်း
ထော်တွင် ကျန်ရစ်၏။ ဟောကျောင်းနေသော ရဟန်းငါးရာတို့သည်
ရဟန္တာဖြစ်၍ ဘုရားအထံသို့ ပြန်လာကုန်၏။ ဘုရားရှင်သည် ထို
ရဟန်းတို့အား ချီးမွမ်းတော်မူ၍ ပျင်းရိသော ရဟန်းသည် ဘုရားရှင်

၂၀၈။ ဥဋ္ဌာနကာလမ္ပိ အနုဋ္ဌဟာနော၊
ယုဝါ ဗလီ အာလသိယံ ဥပေတော။
သံသန္ဓသကံပ္ပမနော ကုသိတော၊
ပညာယ မဂ္ဂံ အလသော န ဝိန္ဒတိ။

အနက်—

ဥဋ္ဌာနကာလမ္ပိ၊ ထကြွလုံ့လ ဥဏာဟ ရှိသင့်သောအခါ၌။
အနုဋ္ဌဟာနော၊ ထကြွလုံ့လ ဥဏာဟ မရှိသော။ ယုဝါဗလီ၊
အသက်အရွယ်ငယ်၍ ခွန်အား စွမ်းကောင်း၍သည်။ ဟုတူပင်၊
ဖြစ်ပါလျက်သည်။ အာလသိယံ၊ ပျင်းရိသောအဖြစ်သို့။ ဥပေ-
တော၊ ကပ်ရောက်၏။ သံသန္ဓသကံပ္ပမနော၊ စိတ်အကြံအစည်
အပြည့်အစုံ ရှိပါလျက်။ ကုသိတော၊ ထကြွလုံ့လ မရှိသော။
အလသော၊ အပျင်းစွဲသောသူသည်။ ပညာယ၊ ဉာဏ်ပညာဖြင့်။
ဒဋ္ဌဗ္ဗံ၊ ရှုမြင်ထိုက်သော။ မဂ္ဂံ၊ မဂ္ဂင်လမ်းကို။ ဝါ၊ အရိယာ
မဂ်ကို။ န ဝိန္ဒတိ၊ မမြင်မသိ မရရှိနိုင်ပေ။

ချီးမွမ်းကို ခံရသော အဖော်ရဟန်းတို့ကို မြင်မှ အားတက်၍ မဂ်
ဖိုလ်ကို ရလိုသောကြောင့် တညဉ့်လုံး စကြံသွား၍ အားထုတ်ရာတွင်
ကျောက်ဖျာပေါ်၌ လဲ၍ ပေါင်ကျိုး လေ၏။ ဤ အကြောင်းကို
ကြားတော်မူ၍ တရားဟောတော်မူခြင်းငှါ “ဥဠာနကာလမ္ပိ အနုဋ္ဌ-
ဟာနော” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၈၀။ ထကြွချိန်ကျ	မကြနေးမူ၊
ပျိုမြစ်နုထွား	ခွန်အားပြည့်သူ၊
အပျင်းလွန်လှ	စိတ်ကကြံယူ၊
ပျင်းလက်အောက်	ပင်ရောက်ခိုနေမူ၊
ပညာဖြင့်	မသင့် မဂ်လဲ့သူ၊

280. The idler who strives not when he should strive, who though young and strong is slothful, with mind and purpose depressed, the lazy one does not by wisdom realize the Path.

စကားပြေ။ ။ ထကြွလုံ့လ ပြုသင့်သောအခါ ထကြွလုံ့လ မပြုလျှင်
အသက်အရွယ်ငယ်၍ ခွန်အားနှင့်ပင် ပြည့်စုံသော်လည်း
(အားငယ်သော) စိတ်အကြံအစည်နှင့် လုံ့လဝီရိယမရှိ ပျင်းရိသော
သူသည် ပညာဖြင့် ကောင်းသော မြင်အပ်သော မဂ္ဂင်လမ်းကို မမြင်
မသိ မရရှိနိုင်ပေ။

slothful	ပျင်းရိသော
depressed	အားငယ်သော၊ စိတ်အားလျော့သော
realize	သိမြင်ရရှိသည်
Path	မဂ္ဂင်

၂၀၈။ သူကရပေတ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ကဿပဘုရား သာသနာတော်၌ ရဟန်းနှစ်ပါး
ကဲ့ပြားအောင် ကုန်းတိုက်ခဲ့သူးသော မကောင်းမှုကြောင့် ဂိဇ္ဈကုဋ်

၂၀၉။ ဝါစာနုရက္ခိ မနသာ သုသံဝုတော၊

ကာယေန စ နာကုသလံ ကယိရာ။

ဧတေ တယော ကမ္မပထေ ဝိသောဓယေ၊

အာရာဓယေ မဂ္ဂံ မိသိပ္ပဝေဒိတံ။

အနက်—

ဝါစာနုရက္ခိ (ဝစီဒုစရိုက်လေးပါးကို ပယ်ရှားကြဉ်ရှောင်
သဖြင့်) နှုတ်ကို အစဉ်စောင့်ရှောက်သည်။ သိယာ၊ ဖြစ်ရာ၏။
မနသာ၊ စိတ်ဖြင့်။ သုသံဝုတော၊ (အဘိဇ္ဈာ စသည် မသိ
ရှောင်ခွါ) ကောင်းစွာ စောင့်စည်းသည်။ သိယာ၊ ဖြစ်ရာ၏။
ကာယေန စ၊ ကိုယ်ဖြင့်လည်း။ အကုသလံ၊ (ပါဏာတိပါတ
စသည်ထိုထို) အကုသိုလ်ကို။ န ကယိရာ၊ မပြုရာ။ ဧတေ တယော
ကမ္မပထေ၊ ဤသို့ပြုထား သုံးပါးကုန်သော ကမ္မပထတို့ကို။
ဝိသောဓယေ၊ (သန့်ရှင်းဖြူစင်အောင်) သုတ်သင်ရာ၏။ ဣသိပ္ပ-
ဝေဒိတံ၊ ဣသိမည်ဟွင် သုရာရှင်တို့ အစဉ်ဟောထွေ သိစေ
အပ်သော။ မဂ္ဂံ အင်္ဂါရှစ်ပါးရှိသော မဂ်ကို။ အာရာဓယေ၊
ပြီးစေရာ၏။

စောင့်၌ ဝက်ပြိတ္တာဖြစ်၍ ခံနေရသည်ကို အကြောင်းပြု၍ “ဝါစာနု-
ရက္ခိ မနဿ သုသံဝုတော” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၈၁။	နှုတ်ကိုစောင့်လျက်	မပျက်အစဉ်၊
	စိတ်ကိုကောင်းစွာ	ထိန်းရသည်ပင်၊
	ကိုယ်ဖြင့်မကောင်း	ပြုကြောင်းရှောင်ကြဉ်၊
	ဤသုံးခု	ပြုမှ ရှောင်သူတင်၊
	ဘုရားရှင်များ	ဟောကြားမဂ္ဂင်၊
	မလွဲတမ်း	ပြီးခန့် ကြုံမည်ပင်။

281. Watchful of speech, well restrained in mind, let him do nought unskilful through his body; let him purify these three ways of action, and win the Path realized by the sages.

စကားပြေ။ ။ နှုတ်ကို အစဉ်စောင့်ရှောက်ရာ၏။ စိတ်ကို ကောင်းစွာ စောင့်ထိန်း ရာ၏။ ကိုယ်ဖြင့်လည်း မလုပ် သင့်သော အကုသိုလ်ကို မပြုပဲရှောင်ကြဉ်ရာ၏။ ဤ ကမ္မပထတရား သုံးပါး တို့ကို သုတ်လင်စင်ကြယ်စေ၍ ဘုရားရှင်တို့သည် ဟောကြားအပ်သော မဂ်ကို အောင်မြင် ပြီးစေရာ၏။

၂၀၉။ ပေါဠိလ ဧတ္ထရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သဒ္ဓမ္မိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ ရဟန်းငါးရာကို စာပို့ချနေသော ပိဋကတ်သုံးပုံ ဆောင်သော ပေါဠိလ မထေရ်ကို “တုစ္ဆပေါဠိလ” “မောသ ပေါဠိလ” (အချည်းနှီးသော ပေါဠိလ) ဟု ခေါ်တော် မူရာတွင် ထိုမထေရ်သည် ထိတ်လန့်ခြင်း ဖြစ်၍ ဂိုဏ်းသံဃာကို စွန့်ခွာ၍ ဘောကျောင်းဝင်ပြီးလျှင် ရဟန္တာသာမဏေငယ်၏ အထံ၌ လက်အုပ် ချီ၍ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ဆောင်း၏။ သာမဏေငယ်လည်း မာန်ကျအောင်

၂၀၂။ ယောဂါ ဝေ ဇာယတီ ဘူရိ၊
အ ယောဂါ ဘူရိသင်္ခယော။
ဧတံ ဒေဓာပထံ ဥတူဘ၊
ဘဝါယ ဝိဘဝါယ စ။
တထာ'တ္တာနံ နိဝေသေယျ၊
ယထာ ဘူရိ ပဝေတိ။

အနက်—

ယောဂါ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ အာရုံတို့၌ ကောင်းစွာ နှလုံး သွင်း အားထုတ်ခြင်းကြောင့်။ ဘူရိ၊ မြေကြီးပမာ ပျံ့နှံ့စွာသော ပညာသည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။ ဇာယတီ၊ ဖြစ်၏။ အ ယောဂါ၊ လုံ့လ နည်းပါး အားမထုတ်ခြင်းကြောင့်။ ဘူရိသင်္ခယော၊ ပညာပျောက်ကွယ် ပျက်ပြယ် ခြင်းသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ ဘဝါယ စ၊ တိုးပွားခြင်း၏ လည်းကောင်း။ ဝိဘဝါယ စ၊ မတိုး ပွားခြင်း၏ လည်းကောင်း။ ဧတံ ဒေဓာပထံ၊ ထိုနှစ်ဖြာသော ခရီးလမ်းကြောင်းကို။ ဥတူဘ၊ သိ၍။ ယထာ၊ အကြင်သို့သော အခြင်းအရာဖြင့် ပြုမာပ်သည် မှီသော်။ ဘူရိ၊ ပညာသည်။ ပဝေတိ၊ တိုးပွား၏။ တထာ၊ ထိုသို့သော အခြင်းအရာဖြင့်။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ နိဝေသေယျ၊ သွင်းယူ၏။

ဗုဒ္ဓဂိတိက-(၄)-၁၁

ပြုပြီးလျှင် ခြောက်ပေါက်ရှိသော တောင်ပျဉ် တပေါက်ဖြင့် ဖုတ်
ငင်၍ သွားသည်ရှိသော် ငါးခုသောအပေါက်တို့ကို ပိတ်၍ ဝင်သော
အပေါက်ဖြင့် ထွက်လာသောဖုတ်ကို ဖမ်းလော့ဟု ကမ္မဋ္ဌာန်းနည်း
ပေး၏။ ရှင်ပေဠိလည်း ငရိယတ္တိဉာဏ်ကြီးသော ပုဂ္ဂိုလ် ဖြစ်သော
ကြောင့် ထိုမျှလောက်ဖြင့်သိ၍ ရဟန်းတရားကို အားထုတ်ရာတွင်
ဘုရားရှင်သည် ဂန္ဓကုဋိ ဟိုက်တော်မှ ဆောင်ခြည့်တော် လွှတ်လျက်
ရှင်ပေဠိလ၏ အနီးတွင် ရပ်သကဲ့သို့ဖြစ်၍ “ယောဂါ ဝေ ဇာယတီ
ဘူရိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ ပေါဠိလ မဝေရ်သည်
ရဟန္တာ ဖြစ်လေ၏။

ပြန်မာကဗျာ

၂၀၂။ ပညာတိုးလစ်	အားသစ်လို့ရယ်၊
မကြိုးမပမ်း	ဉာဏ်စွမ်းပျောက်ကွယ်၊
ဆုတ်ယုတ်ပွဲစီး	ရမ်းနှစ်သွယ်၊
ဉာဏ်ဖြင့်ဆ	သိကြကုန်ပြီးရယ်၊
ပညာအကျိုး	ပွားတိုးရာဝယ်၊
မိမိအား	သွင်းထားသိုရမယ်။

282. Indeed from meditation wisdom arises, without
meditation wisdom wanes; knowing this twofold path
of gain and loss, so let him conduct himself that
wisdom grows.

စကားပြေ။ ကမ္မဋ္ဌာန်းတာဝနာ ပွားများ အားထုတ်မှုမှ ကြေး
ပမာ ပျံ့နှံ့စွာသော ပညာသည် စင်စစ် ဖြစ်ပေါ်
လာ၏။ လုံ့လနည်းပါး ကမ္မဋ္ဌာန်းပွားပဲ နေမှုကြောင့် ပညာပျောက်
ကွယ် ပျက်ပြယ်၏။ ပညာတိုးခြင်း၊ ဆုတ်ခြင်း လမ်းနှစ်သွယ်ကို သိ၍
ပညာတိုးပွားနိုင်သော အခြင်းအရာဖြင့် မိမိကိုယ်ကို ရွှေဆောင်ခေါ်ငင်
ရ၏ (သွင်းထားရ၏)။

၂၁၀။ ပဉ္စမဟလ္လကသိက္ခာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဧတကန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အလုပ်အကျွေး ဒါယိကာမ ဇော၍ ဝေဿလျက်
ငိုကြွေးကြကုန်သော ဟောထွက်ရဟန်းကြီး ငါးရာတို့ကို ဆုံးမတော်

၂၁၁။ ဝနံ သိန္ဓဝ မာ ခုက္ခံ၊

ဝနတော ဇာယတေ ဘယံ၊

သေတွာ ဝနဉ္စ ဝနထဉ္စ၊

နိဗ္ဗာနံ ဟောတေ သိက္ခဝေါ။

အနက်—

ဝနံ၊ ရာဇစရိ ကံလေသာတည်းဟူသော တောချုံကို။ သိန္ဓဝ၊
ခုတ်ဖြတ်ကြကုန်လော။ ခုက္ခံ၊ သစ်ပင်ကို။ မာ သိန္ဓဝ၊ မဖြတ်ကြ
ပါကုန်လင့်။ ဝနတော၊ ရာဇစရိ ကံလေသာတည်းဟူသော
တောကြောင့်။ ဘယံ၊ သားရဲကမူ အသွင်တူရှိ ဇာတိစသော
ဘေးရန်သည်။ ဇာယတေ၊ ဖြစ်၏။ ဝနဉ္စ၊ ရွှေ့ဖြစ်သော သစ်ပင်
ပမာ ရှေးဦးစွာဖြစ်သော ကံလေသာတည်းဟူသောတောကြီးကို
လည်းကောင်း။ ဝနထဉ္စ၊ နောက်ပေါက်သစ်ပင်ပမာ နောက်မှ
ထကြွပေါ်လာ ကံလေသာ တည်းဟူသော တောငယ် (ချုံဖုတ်)
ကို လည်းကောင်း။ သေတွာ၊ အမျှတတ္ထမဂ် ဉာဏ်သန်လျက်ဖြင့်
ပယ်ဖျက် ဖြတ်တောက်၍။ ဟိက္ခပေါ၊ ရဟန်းတို့။ တု၊ မှ၊ သင်
တို့သည်။ နိဗ္ဗာနံ၊ ကံလေသာ ဘင်း ဟောကြီးရှင်းကုန်သည်။
ဟောထ၊ ဖြစ်ကြကုန်လော။

မူခြင်းငှါ“ဝနံ ဆိန္ဒထ မာ ရုက္ခံ” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်
မူ၏။

၂၀၄။ ယာဝ ဟိ ဝနထော န ဆိန္ဒတိ၊
အဏုမတ္တောပိ နရဿ နာရိယု။
ပဋိဗဒ္ဓမနောဝ တာဝ သော၊
ဝစ္ဆော ခိရုပကောဝ မာတရိ။

အနက်—

ယာဝ၊ အကြင်မျှလော ကံ။ နရဿ၊ ယောက်ျားဖြစ်သော
သူအား။ နာရိယု၊ မိန်းမတို့၌။ အဏုမတ္တောပိ၊ အဏုမြူလည်း
ဖြစ်သော။ ဝနထော၊ ကိလေသာတည်းဟူသော ကောသည်။
န ဆိန္ဒတိ၊ ကြွင်းမဲ့ကုန်ပြတ်အောင် မဖြတ်တော့ ကံနိုင်သေး။
တာဝ၊ ထိုမျှလောက်။ ခိရုပကော၊ နို့ဆာကြောင်းရှိ အမိသို့
ကပ်တတ်သော။ ဝါ၊ နို့မကွာသေးသော။ ဝစ္ဆော၊ နွားငယ်
သည်။ မာတရိ၊ အမိ နွားမသို့။ ဥပပတော ဣဝ၊ ကပ်ရောက်
သကဲ့သို့သော နရော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပဋိဗဒ္ဓမနောဝ၊ နောင်ဖွဲ့
တတ်ဘိ ကပ်ငြိသောစိတ်ရှိလျှင် ညီသလျှင်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၃။ တဏှာတောရင်း	ပင်ရင်းမပယ်၊
တဏှာချုံတော	ဘေး သောသောကြွယ်၊
တဏှာဟူသော	ချုံတောကြီးငယ်၊
ခုတ်ပယ်စမ်း	ရဟန်း ချုံရှင်းမယ်။

283. Cut down the forest (of passion), but not real trees; from the forest (of passions) springs fear; cutting down both forest and brushwood (of passions), be forestless, O bhikkhus.

စကားပြေ။ ။အို....ရဟန်းတို့ သင်တို့သည် သစ်ပင်ကိုသာ ဖြတ်ရမည် မဟုတ်။ တဏှာတည်းဟူသော တောချုံကို ခုတ်ဖြတ်ကြ ကုန်လော့။ တဏှာချုံတောမှ အပါယ်စသော ဘေးသည်ဖြစ်၏။ တဏှာတည်းဟူသော တောကြီး ဝေးဝေးအသွယ်သွယ်ကို ဖြတ်လျက် တဏှာတည်းဟူသော ချုံတောကင်းသူများ ဖြစ်ကြကုန်လော့။

မြန်မာကဗျာ

၂၈၄။ ယောက်ျား မိန်းမ	ချစ်မဝမှု၊
တဏှာဟူသော	ချုံတော ပိတ်ထူ။
အနည်းငယ်မျှ	မရှင်းရမှု၊
နို့မပြတ်	မိကပ် နွားလေးတူ၊
တဏှာငြိ	စိတ်ရှိ လည်ပတ်သူ။

284. For as long as the brushwood (of passions) of man towards women is not cut down even a jot, so long is his mind in bondage, like the milch calf to its mother-cow.

စကားပြေ။ ။အကြင်မျှလောက် ယောက်ျားဖြစ်နေသူက မိန်းမတို့အပေါ်၌ ချစ်ခင်စွဲလမ်းနေသည့် အနည်းငယ်မျှဖြစ်သော တဏှာချုံတောသည် မပြတ်သေး။ ထိုမပြတ်သေးသမျှ နို့မကွာသေးသော နွားငယ်သည် အမိနွားမကို ကပ်ပြီးနေရသကဲ့သို့ (ထိုသူသည်လည်း) စွဲလမ်းကပ်ငြိသော စိတ်ရှိနေ၍သာလျှင် သံသရာမှ အခါခါ ထပ်ပေါက်နေပေ၏။

၂၁၁။ သုဝဏ္ဏကာရတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရှင်သာရိပုတ္တရာသည် တပည့် ရဟန်းငယ်
တပါးအား အသုဘ ကမ္မဋ္ဌာန်းကိုပေး၍ စီးဖြန်း စေသော်လည်း
တရားအထူးမရနိုင်သောကြောင့် ဘုရားရှင်ကိုလျှောက်၏။ ဘုရားရှင်
သည် ထိုရဟန်းငယ်မှာ ဘဝငါးရာ ရွှေပန်းထိမ်သည် ဖြစ်ဘူးသည်ကို
မြင်တော်မူ၍ ပဒုမ္မာကြာပွင့်ကို ပေး၍ “လောဟိတံ လောဟိတံ”

၂၁၂။ ဥစ္ဆန္တ ဘိနေဟမတ္တနော၊
ကုမုခံ သာရဗိကံဝ ပါဏိနာ။
သန္တိမဂ္ဂမေဝ ဗြူဟယ၊
နိဗ္ဗာနံ သုဂတေန ဒေသိတံ။

အနက်—

သာရဗိကံ၊ ဟန်ဆောင်မုန်းလွှဲပွင့်သော။ ကုမုခံ၊ ကုမုဒြာ
ကြာကို။ ပါဏိနာ၊ လက်ဖြင့်။ ဝါ၊ လက်ဖြင့်ကိုင်၍။ ဆိန္ဒုတိ
ဣဝ၊ ဖြတ်သကဲ့သို့။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ သိနေဟံ၊ ချစ်ခြင်း
တဏှာကို။ ဥစ္ဆန္တ၊ အရပ်၊ တွက် ပြတ်သန်လျက်ဖြင့် ပယ်တုတ်
ဖြတ်တောက်ပါလော။ သုဂတေန၊ မြတ်စွာဘုရားသည်။ နိဗ္ဗာနံ၊
တဏှာခပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို။ ယသ္မာ၊ အကြင်
ကြောင့်။ ဒေသိတံ၊ လေ့ကျွမ်းတော် မူအပ်၏။ တသ္မာ၊
ထို့ကြောင့်။ သန္တိမဂ္ဂမေဝ၊ ငြိမ်းရာကေန နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်
ကြောင်းဖြစ်သော အဋ္ဌဂီတမဂ်ကိုသာလျှင်။ ဗြူဟယ၊ ပွားများ
ပါလော။

(အနိ အနိ)ဟု စီးဖြန်းစေရာတွင် အမာဝက်ရွှစ်ပါး အတိညာဉ်
ခြောက်ပါးကိုရ၏။ ကြာပွင့်ညှိုးနွမ်းသည့်ကို မြင်၍ အနိစ္စလက္ခဏာကို
ရ၏။ ဘုရားရှင်သည် ဂန္ဓာရုံတိုက်တော်မှ ရောက်ခြည်တော် လွှတ်၍
“ဥစ္ဆိန္န သိနေဟ မတ္တနော” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။
ထိုရဟန်းငယ်သည် ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၅။ တန်ဆောင်မုန်းလ	ပွင့်ကြပေလော၊
ကုမုကြာမြတ်	ကိုင်ဖြတ်ပမာ၊
ကိုယ်၌ဖြစ်လာ	တဏှာဖြတ်ပါ၊
မြတ်ဘုရား	ဟောကြားနိဗ္ဗာန်သာ၊
ထောက်မုန့်ပွား	တရားမဂ်ကိုသာ။

285. Cut off your affection as an autumn lily with the hand; cultivate the very path of Peace. Nibbāna has been expounded by the Auspicious One.

စကားပြေ။ တန်ဆောင်မုန်းလ၌ ပွင့်သော ကုမုကြာ ကြာပန်းကို
လက်ဖြင့်ကိုင်၍ မြတ်သကဲ့သို့ မိမိ၏ ချစ်ခြင်းတဏှာကို
(အရဟတ္တမဂ်ဖြင့်) ဖြတ်လေဘူး။ ဘုရားရှင်သည် တဏှာကင်းရာနိဗ္ဗာန်ကို
ဟောကြားတော် မူ၏။ (သူတော်အလင်းတို့ ခိုအောင်းရာမှန်) အေး
နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ္ဂင်ကိုသာ ပွားများပါလော။

၂၁၂။ မဟာဓန ဝါဏိဇ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဗာရာဏသီပြည်မှ သာဝတ္ထိပြည်သို့ အဝတ်ပုဆိုး
ရောင်းခြင်းငှါလာသော မဟာဓနကုန်သည်သည် ကုန်မစွန့်သော
ကြောင့် သာဝတ္ထိပြည်တွင်ပင် ဆောင်းလ မိုးလ ပတ်လုံး နေဦးအံ့ဟု
ကြံ၏။ ဘုရားရှင်သည် ဆွမ်းခံကြွတော်မူစဉ် ထိုကုန်သည် အကြံကို
သိတော်မူ၍ ပြုံးတော်မူသည်။ ပြုံးတော်မူသောအကြောင်းကို ရှင်
အာနန္ဒာလျှောက်သည်တွင် အာနန္ဒာ...ဤမဟာဓန ကုန်သည်သည်
ခုနစ်ရက်လည်လျှင် သေမည်ဖြစ်လျက် အန္တရာယ်ကိုမသိ။ ဆောင်းလ
နွေလ မိုးလ ပတ်လုံး ဤအရပ်တွင်နေအံ့ ကြံလေသည်ဟု မိန့်တော်

၂၀၆။ ဣဓ ဝဿံ ဝသိဿာမိ

ဣဓ ဟေမန္တဂီမိသု။

ဣတိ ဗာလော ဝိစိန္တေတိ။

အန္တရာယံ န ဗုဇ္ဈတိ။

အနက်—

ဣဓ၊ဤအရပ်၌။ ဝဿံ၊ မိုးလေးလပတ်လုံး။ အဟံ ငါသည်။
ဝသိဿာမိ၊ နေတော့အံ့။ ဣဓ၊ ဤအရပ်၌။ ဟေမန္တဂီမိသု၊
ဆောင်းလေးလ နွေလေးလတို့၌။ ဝသိဿာမိ၊ နေဦးတော့အံ့။
ဣတိ၊ ဤသို့။ ဗာလော၊ မသိကင်းကြိုက် မိုက်သောသူသည်။
ဝိစိန္တေတိ၊ အထူးအထွေ ခွဲဝေစိတ်ဖန် ကြံစည်၏။ အန္တရာယံ၊
ကာလဒေသ စသည်တိုင်းစား ပိုင်းခြားမသိ မိမိအသက် ပျက်စီး
မည့် အန္တရာယ်ကို။ န ဗုဇ္ဈတိ၊ တွေး၍မသိရှာလေသတည်း။

မူရာ ရှင်အာနန္ဒာသည် အကြောင်းကို ကုန်သည်အား ပြော၏။ ကုန်
သည်လည်း ထိတ်လန့်သည်ဖြစ်၍ ဘုရားအမှူးရှိသော သံဃာကိုး၍
ဆွမ်းကျွေး၏။ ဘုရားရှင်သည် ဆွမ်းတိုင်းပေးပြီးလျှင် အနုမောဒနာ
ပြုခြင်းငှါ “ဣဓ ဝဿံ ပဿိသာမိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။ မဟာဓနကုန်သည်သည် သောတာပန်ဖြစ်၍ ခုနစ်ရက်လည်
လျှင်(ဦးယဉ်း) ခေါင်းခဲနာဖြင့် သေလွန်၍ တုဿိတာနတ်ပြည်၌ဖြစ်
လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၆။ ဤရပ်ဒေသ	မိုးလအခါ၊
ဤအရပ်က	ဆောင်းလ နွေမှာ၊
ငါနေမည်ဟု	မိုက်လှကြံရှာ၊
အသက်ဘေး	တွေး၍ မသိပါ။

286. Here will I live in the rains, here in the autumn
and the summer: thus the fool muses. He realizes not
the danger (of death).

စကားပြေ။ ဤအရပ်၌ မိုးလ၊ ဆောင်းလပတ်လုံး ငါနေမည်။ ဤအရပ်၌
ဆောင်းလ နွေလတို့၌ ငါနေဟောအံ့ဟု လူမိုက်လည်
ထွေထွေလာလာ ကြံစည်ရှာ၏။ ဘယ်အရပ် ဘယ်အခါမှာ ငါသေရလိမ့်
မည်ဟု မိမိအသက်အန္တရာယ်ဘေးကိုမော့ကား မသိရှာပေ။

၂၁၃။ ကိသာ ဂေါတမိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သားငယ်သေသည်ကို (ပြန်ရှင်လာအောင်)
ဆေးကုပေးပါဟု လျှောက်ထားသော ကိသာဂေါတမိကို ဆုံးမခြင်း

၂၁၄။ တံ ပုတ္တပသုသမ္ပတ္တံ၊

ဗျာသတ္တမနသံ နရံ။

သုတ္တံ ဂါမံ မဟောစောဝ၊

မစ္စ၊ အာဒါယ ဂစ္ဆတိ။

အနက်—

မဟောစော၊ နှစ်ယူဇနာ၊ ဘိုးယူဇနာ ရှည်စွာအလျား
ကြီးမားများဖြင့် ရေအလျဉ်းသည်။ သုတ္တံ ဂါမံ၊ ပြင်းပြင်းပြပြ
အိပ်ပျော်ကြရှာ ရွာနေသူ လူအပေါင်းကို။ အာဒါယ၊ မိန်းမ
ယောက်ျား ကျွဲ နွားအစ မကျန်ရအောင် လုံးဝဥဿုံ အကုန်
မြုပ်မျော တိုက်ယူမျော၍။ ဂစ္ဆတိ ဣဝ၊ တဝေါဝေါသံ
သောသောညံသော သွားလေသကဲ့သို့။ ပုတ္တပသုသမ္ပတ္တံ၊ သမီးသား
နှင့် ကျွဲ နွား ဥစ္စာ အိမ်ဂေဟာတို့ကို စွဲသမ်း ယစ်မှူး မေ့လျော့
နေသော။ ဗျာသတ္တမနသံ၊ လွန်စွာကပ်ငြိသော စိတ်ရှိသော။
တံ နရံ၊ ထိုသူကို။ မစ္စ၊ အများသတ္တဝါ မညာတာပဲ ခါခါ
သတ်ညှဉ်း ရှင်သေမင်းသည်။ အာဒါယ၊ ရုပ်နာမ်နှစ်ရပ် ဇီဝိန်
ဖြတ်၍ လေးရပ်ပါယ်ရှာ ယူဆောင်ပါ၍။ ဂစ္ဆတိ၊ မြုပ်ဖို့မှန်စွာ
ပါသွားရှာလော့လည်း။

၎င်း “တံ ပုတ္တပသုသမ္ပတ္တံ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။
ကိသာဂေါတမီသည် သောတာပန် ဖြစ်လေသည်။

မြန်မာကဗျာ

၂၈၇။ သမီးသားနှင့် ကျွဲနှားတို့ဝယ်၊
တယ်တာကပ်ငြိ စိတ်ရှိသူရယ်၊
အိပ်ပျော်ရွာများ မျောသွားဝဲလယ်၊
ပမာထား ယူသွားသေမင်းနယ်။

287. The doting man with mind set on children and herds death seizes and carries away, as a great flood a slumbering village.

စကားပြေ။ ။ ရေအလျဉ်ကြီးသည် အိမ်ပျော်နေသော တရွာလုံးကို
လွှမ်းမိုး တိုက်ဆောင်သွားသကဲ့သို့ သမီးသားနှင့် ကျွဲ
နှားဥစ္စာ(အိမ်ဂေဟာ)တို့ကို အလွန်ခင်တွယ် ယစ်မှူးမေ့လျော့နေကာ
ကပ်ငြိစွဲလမ်းသော စိတ်ရှိသောသူကို သေမင်းသည် ယူဆောင်ဖမ်းသဖြင့်
ယောင်ယမ်းကာ ပါသွားရလေ၏။

၂၁၄။ ပဋ္ဌာစာရာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သားငယ်နှစ်ယောက်လင်၊ အမိအဘ၊ မောင်တို့

၂၀၈။ န သန္တိ ပုတ္တာ တာဏာယ၊

န ပိတာ နာပိ ဗန္ဓဝါ။

အန္တကေနာ'ဓိပန္နဿ၊

နတ္ထိ ဉာတိသု တာဏတာ။

အနက်—

မေ၊ ငါ၏။ ပုတ္တာ၊ သားသမီးတို့သည်။ တာဏာယ၊ အားကိုး
အားထားရာအတွက်။ န သန္တိ၊ မရှိကြကုန်။ (မဟုတ်ကြကုန်။)
ပိတာ၊ မိဘ ဘိုးဘွားတို့သည်။ တာဏာယ၊ အားကိုးအားထား
စရာအကျိုးငှါ။ န သန္တိ၊ မဟုတ်ကြကုန်။ ဗန္ဓဝါပိ၊ ဆွေမျိုး
မိတ်ဆွေတို့သည်လည်း။ တာဏာယ၊ အားကိုး အားထားရန်
အကျိုးငှါ။ န သန္တိ၊ မဟုတ်ကြကုန်။ အန္တကေန၊ အများသတ္တဝါ
မညွှတ်ဘဲ ခါခါဆတ်ညှိုး ရှင်သေမင်းသည်။ အဓိပန္နဿ၊
ညှိုးပန်းနှိပ်စက် နေသောသူအား။ ဉာတိသု၊ ဆွေမျိုးတို့၌။
ဝါ၊ ဆွေမျိုးတို့တွင်။ တာဏတာ၊ စောင့်ရှောက်နိုင်သောသူ
မည်သည်။ နတ္ထိ၊ တွေးသာကြည့်ပေတော့ မရှိနိုင်ရိုး အမှန်
ပေတည်း။

သေဆုံးခြင်းကြောင့် အဝတ်မကပ် ရူးသွပ်ခြင်းသို့ရောက်သော ပဋ္ဌာ
စာရာကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ န လန္တိ ပုတ္တော ဟာဏာယ ” စသော

၂၀၉။ တေမတ္ထဝသံ ဥတု၊
ပဏ္ဍိတော သီလသံဝုတော။
နိဗ္ဗာနဂမနံ ဂဂံ၊
ခိပ္ပမေဝ ဝိသောမယေ။

အနက်—

ဧတံ အတ္ထဝသံ၊ ဤအကြောင်းကို ဥတု၊ သိ၍။ ပဏ္ဍိတော၊
ပညာရှိသည်။ သီလသံဝုတော၊ သီလကို စောင့်စည်းလျက်။
နိဗ္ဗာနဂမနံ၊ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော။ ဂဂံ၊ ခရီးလမ်း
ကို။ ခိပ္ပမေဝ၊ လျင်မြန်စွာသာလျှင်။ ဝိသောမယေ၊ သုတ်သင်
ရှင်းလင်းရာ၏။

ပြန်မာကဗျာ

၂၀၈။ သား သမီး စ	မိဘ မိတ်ဆွေ၊
အားကိုးရာစစ်	မဖြစ်ကြလေ၊
သေမင်း နှိပ်စက်	ခံခက်သူတို့၊
ဘယ်ဆွေမျိုး	အားကိုးမရှိပေ။

288. No sons are there to give protection, neither
father nor even kinsmen; for him who is overcome by
death no protection is to be found among kinsmen.

စကားပြေ။ ။ အားကိုးအားထားရာအတွက် သားသမီး မိဘ ဆွေမျိုး
မိတ်ဆွေများသည် ဖျတ်ဖြူကုန်။ သေမင်းဖမ်း၍
ညှဉ်းပန်းနှိပ်စက် ခံနေရသောသူအတွက် အားကိုးအားထားရာ ဘယ်
ဆွေမျိုးမှ မရှိတော့ပေ။

နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ပဋ္ဌာစာရာသည် သောတာပန်ဖြစ်
လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၀၉။ ဤသို့ကြောင်းသိ	ကဝိသူမ္မန်၊
သီလစောင့်စည်း	မြတ်ထီးနိဗ္ဗာန်၊
သွားဖို့ရာလှမ်း	မဂ်လမ်းအမှန်၊
လျင်စွာလှမ်း	တခန်းသုတ်ထင်ပြန်။

289. Understanding this fact let the virtuous and wise person swiftly clear the way that leads to Nibbāna.

စကားပြေ။ ။ ဤအကြောင်းကိုသိလျက် ပညာရှိသည် သီလစောင့်
စည်းကာ နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်ကြောင်းဖြစ်သော မဂ်လမ်း
မှန်ကို လျင်မြန်စွာလှမ်းရန် သုတ်သင်ရာ၏။

မဂ္ဂဝဂ်-လမ်းခရီးအုပ်စု ပြီး၏။

အခန်း ၂၁။

ပက်ကွာကဝဂ်- ပြီးပြင်းခြင်းအုပ်စု

၂၁၅။ အတ္တနော ပုဗ္ဗကမ္မ အတ္တ

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ လွန်လေပြီးသောဘဝက တက္ကသိုလ်ပြည်၌ အင်္ဂါလ ပုဏ္ဏားဖြစ်တော်မူ၍ “ သုသီမ ” ပစ္စေကပုဂ္ဂိုလ်၏ စေတီတော်၌ မြက်သုတ်သင်ခြင်း၊ သဲဖြူခင်းခြင်း၊ ပန်းပူဖော်ခြင်းကို ပြုခဲ့သေး

၂၉၀။ မတ္တာသုခပရိစ္ဆာဂါ၊

ပဿေ ဓေ ဝိပုလံ သုခံ။

စဇေ မတ္တာသုခံ ဓီရော၊

သမ္ပဿံ ဝိပုလံ သုခံ။

အနက် -

မတ္တာသုခပရိစ္ဆာဂါ၊ မပြောပဖွယ် အနည်းငယ်မျှသော ချမ်းသာကလေးကို စွန့်လွှတ်ခြင်းကြောင့်၊ ဝိပုလံ၊ နိဗ္ဗာန်အကျ ကြီးကျယ်ခမ်းနားလှစွာသော။ သုခံ၊ လောကီ လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာသော ချမ်းသာအထူးကို၊ စဇေ၊ သော၊ နောက်ကိုလှမ်း၍ မျှော်မှန်းဆင်ခြင် အကယ်၍ သိမြင်သည်ဖြစ်အံ့၊ ဝိပုလံ၊ နိဗ္ဗာန် အကျ ကြီးကျယ်ခမ်းနားလှစွာသော၊ သုခံ၊ လောကီ လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာသော ချမ်းသာအထူးကို၊ သမ္ပဿံ သမ္ပဿန္တော၊ နောက် သို့လှမ်းကာ (ရွှေ့၍လှမ်းကာ) ကောင်းစွာအသင့် မြော်မြင်လင့် သော။ ဓီရော၊ ပညာရှိသည်။ မတ္တာသုခံ၊ လတ်တလောလက်ငင်း ပက်ပင်းပါ တွေ့ဆုံဖြစ်သော ချမ်းသာကလေးကို၊ စဇေ စဇေယျ၊ ရဲရဲဝံ့ဝံ့ ပယ်စွန့်နိုင်ရာသတည်း။

ကြောင့် ရာဇဂြိုဟ်ပြည်မှ မွက်သိပ်ခြင်းဘေး၊ အနာဘေး၊ ဘီလူးဘေး၊
ရောက်သော ဝေဏာလီပြည်သို့ ရတနသုတ်ကို ဟောခြင်းငှါ ကြွတော်
မူသည်တွင် ရှစ်ယူဇနာရှိသောဝရီး၌ ငွေအသင်းရှိသော သဲကိုခင်း၍
ပုဆိပ်ဒူးကျံနစ်မျှရှိသော ပန်းမွေ့စုကို ခင်းလျက် မရေတွက်နိုင်သော
ငှက်ပျော့ပင်စိုက်ခြင်း၊ ရာဇမတ်ကာခြင်း၊ ထီး၊ တံခွန်၊ ကုက္ကာ၊ စိုက်
ခြင်း၊ တယူဇနာလျှင် တကျောင်း၊ တကျောင်းသောက်လျှင် ဗိမ္ဗိသာရ
မင်း၏ နိုင်ငံ၌ ဘုရားရှင်မှာ ထီးဖြူနှစ်လက်၊ ရဟန္တာငါးရာမှာ ထီးဖြူ
တလက်စီ၊ လိစ္ဆဝီမင်းနိုင်ငံ၌ ဘုရားရှင်မှာ ထီးဖြူလေးချက်၊ ရဟန္တာ
ငါးရာမှာ ထီးဖြူနှစ်လက်စီ၊ ကျောင်းတော်သို့ ပြန်ကြွတော်မူသော
အခါ ဗိမ္ဗိသာရမင်း နိုင်ငံ၌ ဘုရားရှင်မှာ ထီးဖြူရှစ်ချက်၊ ရဟန္တာငါးရာ
မှာ ထီးဖြူလေးချက်စီပူဇော်ခြင်း၊ တယူဇနာကျယ်သော ဂင်္ဂါမြစ်လှိုင်း
တံပိုးငါးရာ ကြွေမျိုးငါးပါးတို့သည် အပြည့်တင်းကျမ်း ဆန်းပြာယ်စွာ
ပွင့်ခြင်း၊ ရွှေလှေ၊ ငွေလှေ၊ ပတ္တမြားလှေ ငါးရာတို့ဖြင့် နဂါးတို့ပူဇော်
ခြင်း၊ မရေတွက်နိုင်သော ပူဇော်သက္ကာရတို့ဖြင့် နတ်ဗြဟ္မာတို့ပူဇော်
ခြင်းကို ရဟန်းတို့ အံ့ဩချီးမွမ်း၍ နေကြသည်တွင် ချစ်သားတို့ ငါ
ဘုရားသည် ရှေး ဘင်္ဂပါလပုဏ္ဏားဖြစ်စဉ်ကာလ အနည်းငယ်ပြုအပ်
သော ကုသိုလ်ကြောင့် များစွာသော အကျိုးဖြစ်ဟော၏။ ထို့ကြောင့်

မြန်မာကဗျာ

၂၆၂။ ချမ်းသာနည်းငယ်	စွန့်ပယ်လို့ဝင်း၊
ြုံးကျယ်ပွားတိုး	ဟောင်းကျိုးမြင်လျှင်၊
ချမ်းသာဖွံ့ဖြိုး	တန်ဖိုးသိမြင်၊
နည်းငယ်မျှ	သုခစွန့်မည်ပင်။

ကြီးကျယ်သောချမ်းသာကို အလိုရှိသောသူသည် အနည်းငယ်မျှသော
ချမ်းသာကို စွန့်ရာ၏ဟု မိန့်တော်မူ၍ “မတ္တာ သုပပရိစ္စာဂေါ” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

290. If by giving up a slight happiness one may behold a larger one, let the wise person give up the lesser happiness in consideration for the greater happiness.

စကားပြော ။ အနည်းငယ်သော ချမ်းသာသုခကိုစွန့်လွှတ်ခြင်းကြောင့်
(နိဗ္ဗာန်အကျ) ကြီးကျယ်လှသော ချမ်းသာသုခကို
သိမြင်လျှင် ထိုကြီးကျယ်လှသော ချမ်းသာသုခကို ဆင်ခြင်စဉ်းစားမိ
သော ပညာရှိသည် အနည်းငယ်သော ချမ်းသာသုခကိုစွန့်၏။

consideration ဆင်ခြင်မိသော၊ စဉ်းစားမိသော

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ-(၃)-၁၁

၂၁၆။ ကုက္ကုဒ္ဓဏ္ဍ ခါဒိကာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ယာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ လူမ ကြွက်မ ဖြစ်သောဘဝ၊ ကြွက်မ ကြောင်မ
ဖြစ်သောဘဝ၊ သစ်မ သမင်မ ဖြစ်သောဘဝ၊ လူမ ဘီလူးမ ဖြစ်သော
ဘဝတို့၌တယောက်၏သားကိုတယောက်စား၍ ရန်ငြိုးဖွဲ့လျက်လာကြ

၂၅၁။ ပရဒုက္ခူပဓာနေန၊

အတ္တနော သုခမိစ္ဆတိ။

ဝေရသံသဂ္ဂသံသဋ္ဌော၊

ဝေရာ သော န ပရိမုစ္ဆတိ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပရဒုက္ခူပဓာနေန၊
သုတပါးအား ဆင်းရဲကိုပေးသဖြင့်။ ဝါ၊ သုတပါးအသက်
နှိပ်စက်လွန်ကဲ ဆင်းရဲကိုဖြစ်စေသဖြင့်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ သုခံ၊
ချမ်းသာခြင်းကို။ ဣစ္ဆတိ၊ အလိုရှိ၏။ ဝေရသံသဂ္ဂသံသဋ္ဌော၊
တယောက်သည်တယောက် နှိုင်းလောက်အကြံ ရန်သူနှင့်ရောယှက်
ခြင်းဖြင့် ရောယှက်သည်ဖြစ်၍။ ဝါ၊ ရောယှက်သော။ သော
ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဝေရာ၊ ရန်မှ။ န ပရိမုစ္ဆတိ၊ မလွတ်
မြောက်နိုင်တော့သည်သာတည်း။

သော လူမိန်းမနှင့်ဘီလူးမကိုဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ပရဒုက္ခပဓာနန”
စသော ဂါထာကို ဟောဟော်မူသည်။ လူမိန်းမ သောတာပန်ဖြစ်၍
ဘီလူးမ သရဏဂုံတည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၅၉၁။ တပါးသူအား	ပေးငြားဒုက္ခာ၊
ကိုယ်ချမ်းသာမှု	ပြုစုလိုရာ၊
ရန်များရောယှက်	ဆွဲကွက်တိုးလာ၊
ထိုသူအား	ရန်များ မလွတ်ပါ။

291. He who wishes his own happiness by causing pain to others is not released from hatred, being himself entangled in the tangles of hatred.

စကားပြေ။ ။ သူတပါးအား ဆင်းရဲဒုက္ခပေးသဖြင့် မိမိ၏ချမ်းသာ
သုခကို အလိုရှိသောသူသည် (သူတပါး၏ ရန်ပြုခြင်း၊
မိမိက တဖန်ပြန်၍ ရန်ပြုပြန်ခြင်းတို့ကြောင့်) သူ့ရောကိုယ်ရော ရန်ချင်း
ရောယှက်သည်ဖြစ်၍ ရန်မှ မလွတ်မြောက်နိုင်တော့ပေ။

entangled

tangles

being himself entangled

in the tangles of hatred သူ့ရောကိုယ်ရောရန်ချင်းရောယှက်သည်ဖြစ်၍

ရောယှက်စေသည် ရှုပ်ထွေးစေသည်

ရောနှောခြင်း၊ ရှုပ်ထွေးစေခြင်း

၂၁၇။ ဘဒ္ဒိယာနံ ဘိက္ခုနံ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဘဒ္ဒိယမြို့ကို အမှီပြု၍ မုလေးတော၌ နေ
တော်မူသောအခါ ဖိနပ်ကို မလှလှအောင်၊ တန်ဆာဆင်၍ နေကြကုန်
သော ဘဒ္ဒိယရဟန်းတို့ကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “ယံ ဟိ ကိစ္စံ အပဝိဒ္ဓံ”

၂၉၂။ ယံ ဟိ ကိစ္စံ အပဝိဒ္ဓံ၊
အကိစ္စံ ပန ကရိယတိ။
ဥန္နဋ္ဌာနံ ပမတ္တာနံ၊
တေသံ ဝစုန္တိ အာသဝါ။

အနက်—

ယေသံ ဘိက္ခုနံ၊ အကြင်ရဟန်းတို့အား။ ယံ ကိစ္စံ၊ သီလ
လုံကောင်း တောကျောင်းနေစဉ် ဓူတင်ဆောင်ခါ ဘာဝနာ၌
မွေ့လျော်သည့်အဖြစ် အစရှိသော အကြင်ပြုဖွယ်ကိစ္စသည်။
အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ တံ ကိစ္စံ၊ ထိုပြုဖွယ်ကိစ္စကို။ အပဝိဒ္ဓံ ဝေ၊ စွန့်ပစ်
သည်သာလျှင်တည်း။ အကိစ္စံ ပန၊ ပြုဖွယ်ကိစ္စမဟုတ်သောအမှု
ကိုသာလျှင်။ ကရိယတိ၊ ပြုလုပ်၏။ ဥန္နဋ္ဌာနံ၊ မာန်တည်းဟူသော
ကျူကို စိုက်ထူထောင်လွှားကုန်သော။ ပမတ္တာနံ၊ ကုသိုလ်၌
မွေ့လျော့နေကုန်သော။ တေသံ ဘိက္ခုနံ၊ ထိုရဟန်းတို့အား။
အာသဝါ၊ ကာမာသဝ စသည်လေးပါး အာသဝေါတရား
တို့သည်။ ဝစုန္တိ၊ တနေ့တခြား ကိုးပွားလေကုန်၏။

စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထို ရဟန်းတို့သည် သော
တာပန် ဖြစ်ကုန်၏။

၂၉၃။ ယေသဉ္စ သုသမာရဒ္ဒါ၊
နိစ္စံ ကာယဂတာသတိ။
အကိစ္စံ တေ န သေဝန္တိ၊
ကိစ္စေ သာတစ္စကာရိနော။
သတာနံ သမ္ပဇာနာနံ၊
အတ္တံ ဂစ္ဆန္တိ အာသဝါ။

အနက်—

ယေသဉ္စ ဘိက္ခုနံ၊ အကြွင်ရဟန်းတို့အားကား။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။
ကာယဂတာသတိ၊ ခန္ဓာကိုယ်၌ အဖန်တလဲလဲရှုဆင်ခြင်သော
တာဝနာကို။ သုသမာရဒ္ဒါ၊ ကောင်းစွာအားထုတ်ကုန်၏။ တေ
ဘိက္ခု၊ ထိုရဟန်းတို့သည်။ အကိစ္စံ၊ ပြုဖွယ်ကိစ္စမဟုတ်သည်တို့ကို။
န သေဝန္တိ၊ မမှီဝဲကုန်။ ကိစ္စေ၊ သီလဓူတင် အစရှိသော ပြုဖွယ်
ကိစ္စ ဟူသမျှတွေကိုသာ။ သာတစ္စကာရိနော၊ မပြတ်လပ် အထပ်
ထပ် ပြုလေ့ရှိကုန်၏။ သတာနံ၊ သတိရှိကုန်သော။ သမ္ပဇာနာနံ၊
အမြော်အမြင် ဆင်ခြင်မှုရှိကုန်သော။ တေသံ၊ ထိုရဟန်းတို့အား။
အာသဝါ၊ ကာမာသဝ စသည်လေးပါး အာသဝေါတရားတို့
သည်။ အတ္တံ၊ ချုပ်ပျောက်ခြင်းသို့။ ဂစ္ဆန္တိ၊ ရောက်ရလေကုန်
သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၂၉၂။ ပြုဖွယ်ကိစ္စ	စွန့်ချ၍သာ၊
ပြုဖွယ်မဟုတ်	ပြုလုပ်မိရှာ၊
မာနထောင်လွှား	မေ့ငြားသူမှာ၊
အာသဝ	မွေ့တိုးပွါးလာ။

292. What should be done is left undone; what should not be done is done; of those who are puffed up and heedless the corruptions increase.

စကားပြေ။ ။ (ကမ္မဋ္ဌာန်း တာဝနာ စသော) ပြုသင့်သော အမှုကို
 တို့ကို မပြုလုပ်ပဲ ပယ်စွန့်ထား၍ ပြုဖွယ် မဟုတ်သော
 အမှုကို ပြုပြီးလျှင် မာနထောင်လွှားကာ ကုသိုလ်မေ့လျော့ နေသူအား
 အာသဝေဝါတရားတို့သည် တိုးပွားကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၉၃။ အကြင်သူအား	ကြိုးစားခါခါ၊
ကိုယ်၌အမြဲ	စွဲမြဲရှုကာ၊
ကိုယ်လုပ်ဟုတ်ပဲ	လုပ်ပဲနေတာ၊
ကိုယ်အလုပ်	အားထုတ်အမြဲသာ။
သတိမြော်မြင်	ဆင်ခြင်သူမှာ၊
ချုပ်ပြတ်သိမ်း	ကင်းငြိမ်းအာသဝါ။

293. They who always practise well "mindfulness of the body", who follow not what should not be done and constantly do what should be done, of those mindful and reflective ones the corruptions come to an end.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူတို့သည် ခန္ဓာကိုယ်၌ အဖန်တလဲလဲရှုဆင်ခြင်
 ခြင်းကို အမြဲသတိဖြင့် ကောင်းစွာ အားထုတ် ကုန်၏။
 ထိုသူတို့သည် ပြုဖွယ်ကိစ္စ မဟုတ်သည်တို့ကို မပြုလုပ်ပဲ ပြုဖွယ်ကိစ္စ
 ဟူသမျှကိုသာ ကောင်းစွာအားထုတ် မပြတ်ပြုလုပ်ကုန်၏။ သတိရှိ၍
 အမြော်အမြင် ဆင်ခြင်မှုရှိသော သူတို့အား အာသဝေဝါတရား တို့သည်
 ချုပ်ပြတ်ခြင်းသို့ ရောက်ကုန်၏။

၂၁၈။ လင်္ကုဏ္ဍကဘဒ္ဒိယ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ များစွာသောအာဂန္တုရဟန်းတို့သည် ဘုရားရှင်
အထံ၌ ရှိသေစွာနေကုန်၏။ ဘုရားရှင်သည် အာဂန္တု ရဟန်းတို့၏
စရိုက်ကို သိတော်မူ၍ အနီး၌ရှိသော လင်္ကုဏ္ဍကဘဒ္ဒိယ မထေရ်ကို
ပြတော်မူ၍ ဤရဟန်းသည် အမိအဘတို့ကို သတ်၍ ဆင်းရဲကင်း၏

၂၉၄။ မာတရံ ပိတရံ ဟန္တာ၊

ရာဇာနော ဒွေစ ခတ္တိယေ။

ရဋ္ဌံ သာနုစရံ ဟန္တာ၊

အနိသော ယာတိ ပြာဟွဏော။

အနက်—

မာတရဉ္စ၊ ဘဂသုံးထပ် ကပ်ဆရာကံစေဘိ အမိနှင့်တူသော
တဏှာကို လည်းကောင်း။ ပိတရဉ္စ၊ သား၌မာန်ကြံ အဘနှင့်
တူသော မာနကို လည်းကောင်း။ ရာဇာနော ဒွေ စ ခတ္တိယေ၊ ရေ
မြေသေဌ်နှင်း မင်းနှင့်တူကုန်သော သဿတဒိဋ္ဌိ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိတို့ကို
လည်းကောင်း။ ဟန္တာ၊ သတ်ဖြတ်ပြီး၍။ ဝါ၊ သတ်ဖြတ်သော
ကြောင့်။ သာနုစရံ၊ အခွန်သိမ်း အမတ်နှင့်တူသော နန္ဒိရာဂနှင့်
တကွဖြစ်သော။ ရဋ္ဌံ၊ ပြည့်စွာတိုင်းတောင်းနှင့်တူသောတဆယ့်နှစ်ပါး
သော အာယတနကို။ ဟန္တာ၊ သတ်ဖြတ်၍။ ဝါ၊ သတ်ဖြတ်
သောကြောင့်။ အနိသော၊ ဆင်းရဲကင်းသော။ ပြာဟွဏော၊
အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာသည်။ ယာတိ၊ သွားလာနေ၏။

ဟုမိန့်တော်မူ၍ (ဥဇ္ဇကမဟုတ် ဂင်္ဂဝုဏ်ဥပစာရနေယျတ္ထ = အဖြောင့်
မဆိုပဲ ကွေ့ကောက်တင်စားသော အနက်အဓိပ္ပာယ်ရှိသော) “မာတရံ
ပိတရံ ဟန္တာ” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ အ. နှု
ရဟန်းတို့သည် အရဟတ္တဖိုလ်၌ တည်လေကုန်၏။

၂၉၅။ မာတရံ ပိတရံ ဟန္တာ၊
ရာဇာနော ဒွေ စ သောတ္ထိယေ။
ဝေယဂ္ဂပဉ္စမံ ဟန္တာ၊
အနိဿော ယာတိ ဗြာဟ္မဏော။

အနက်—

မာတရဉ္စ၊ ဘဝသုံးထပ် ကပ်ရောက်စေဘိ အမိနှင့်တူသော
တဏှာကို လည်းကောင်း၊ ပိတရဉ္စ၊ သား၌မာန်ကြွ အဘနှင့်တူ
သော မာနကို လည်းကောင်း၊ ရာဇာနော ဒွေ စ သောတ္ထိယေ၊
နှစ်ယောက်သော မင်းပုဏ္ဏားနှင့် တူကုန်သော သဏ္ဌာဒိဋ္ဌိ
ဥစ္စေဒဒိဋ္ဌိတို့ကိုလည်းကောင်း၊ ဟန္တာ၊ သတ်ဖြတ်ပြီး၍၊ ဝေယဂ္ဂ-
ပဉ္စမံ၊ ကျားရဲသော ခရီးနှင့်တူသော ဝိစိကိစ္ဆာလျှင် ငါးခု
မြောက်ရှိသော နိပရဏအပေါင်းကို၊ ဟန္တာ၊ အရဟတ္တဂေါ
ဉာဏ်သန်လျက်ဖြင့် ပယ်ဖျက်သတ်ဖြတ်၍၊ အနိဿော၊ ခြေောင်ကြံ
လွတ်ကင်း ဆင်းရဲခြင်းမရှိသော၊ ဗြာဟ္မဏော၊ အာသဝေါ
ကင်းကွာ ရဟန္တာသည်။ ယာတိ၊ ချမ်းသာစွာ သွားရလေ
သတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၂၉၆။ တဏှာမာန	မိဘနှစ်ဦး
မြဲမှား ပြတ်မှား	နှစ်ပါးမင်းသာ၊
ပြည်သူ အမတ်	သတ်ဖြတ်အာယာ၊
ဆင်းရဲမှ	လွတ်ရ ရဟန်းမှာ။

294. Having slain mother (craving), and father (conceit), and two warrior kings (views of eternalism and nihilism), and having destroyed a country (sense-avenues and sense-objects) together with its revenue officer (attachment), ungrieving goes the brāhmaṇa (arahat).

စကားပြေ။ ။ အမိနှင့်တူသော တဏှာကို လည်းကောင်း၊ အဖနှင့်တူသော မာနကို လည်းကောင်း၊ မင်းနှစ်ပါးနှင့်တူသော သဿတဒိဋ္ဌိ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိတို့ကိုလည်းကောင်း၊ အခွန်သိမ်းအမတ်နှင့်တူသော နန္ဒီရာဂနှင့် တကွဖြစ်သော တိုင်းသူပြည်သားနှင့် တူသော အာယတန ၁၂-ပါးကို လည်းကောင်း၊ သတ်ဖြတ်ပြီးလျှင် ဗြာဟ္မဏမည်သော (အာသဝေ ကင်းကွာ) ရဟန္တာသည် ဆင်းရဲမှ လွတ်ကင်း၍ သွားလေ၏။

မြန်မာစာမျှော

၂၉၅။ တဏှာမာန	မိဘနှစ်ဖြာ၊
မြဲမှား ပြတ်မှား	မင်းပုဏ္ဏားသာ၊
ကျားရဲတူလှ	နီဝရဇ်ပါးဖြာ၊
သောအောင်သတ်	သေးလွတ်ရဟန်းမှသာ

295. Having slain mother and father and two brahmin kings, and having destroyed the perilous path (hindrances), ungrieving goes brāhmaṇa.

Views of
Eternalism and
Nihilism

attachment

sense-avenues

revenue officer

slain

sense-objects

hindrances

သဿတဒိဋ္ဌိနှင့် ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ
(နန္ဒီရာဂ) ချစ်ခင်စုံမက်ခြင်း

အာရုံတွေထိခံစားသောလမ်း၊ စက္ခု(လ) မန (၆-ပါး)
အာယတန ၁၂-ပါး

အခွန်သိမ်းအမတ်

သတ်ဖြတ်သည်

အာရုံခံစားသော အရာဝတ္ထု (ရူပသတ္တု [၁] ဓမ္မ ၆-ပါး)

(နီဝရဏများ) အဆီးအတားများ

စကားပြေ။ ။ အမိနှင့်တူသော တဏှာကို လည်းကောင်း၊ အဖနှင့်
တူသော မာနကို လည်းကောင်း၊ နှစ်ယောက်သော
မင်းပုဏ္ဏားနှင့်တူကုန်သော သဿာဒိဋ္ဌိ ဥစ္ဆေဒဒိဋ္ဌိ တို့ကိုလည်းကောင်း
ကျားရဲသော ခရီးနှင့်တူသော ဝိစိကိစ္ဆာလျှင် ငါးခုမြောက် ရှိသည့်
နိဝရဏအပေါင်းကို သတ်ဖြတ်၍ ဗြာဟ္မဏမည်သော (အာသဝ ကင်း
ကွာ) ရဟန္တာသည် ဆင်းရဲမှလွတ်ကင်း၍ (ချမ်းသာစွာ) သွားရလေ၏။

၂၁၉။ ဒါရုသာကဋ္ဌိကပုတ္တ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် မုဇ္ဈိမ္မိယျဉ္ဇနံ ဝေဠုဂန္ဓ ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မုဇ္ဈိမ္မိယျဉ္ဇနံ သုသာန်၌ အိပ်ပျော်နေသော

၂၉၆။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊

သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။

ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊

နိစ္စံ ဗုဒ္ဓဂတာ သတိ။

အနက်—

ယေသံ၊ အကြင်သူတို့အား။ ဒိဝါ စ၊ နေ့အခါ၌လည်း
ကောင်း။ ရတ္တော စ၊ ည၌အခါ၌ လည်းကောင်း။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။
ဗုဒ္ဓဂတာသတိ၊ ဘုရားဂုဏ်ပျော်ကို အာရုံပြု၍ ဖြစ်သော သတိ
သည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဂေါတမသာဝကာ၊ ဂေါတမနွယ်ဝင်
ဘုရားရှင် တပည့်ဖြစ်ကုန်သော။ ယေ၊ ထိုသူတို့သည်။ သဒါ၊
နေ့ရော ည၌ပါ အခါခပ်သိမ်း။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ၊ ကောင်းသော
နိုးကြားခြင်းကို။ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊ နိုးကြားသည့် မည်ကုန်၏။

၂၉၇။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊

သဒါ ဂေါတမသာဝကာ။

ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊

နိစ္စံ ဗုဒ္ဓဂတာ သတိ။

ယင်းလည်းသမား၏ သားကလေးကို ဘိလူးစားမည်ရှိရာတွင် “နမော ဗုဒ္ဓဿ” ဟု ယောင်ယမ်းကာမျှဖြင့် ဘိလူးမစားဝံ့ပဲ မင်းစားတော်

အနက်—

ယေသံ၊ အကြင်သူတို့အား၊ ဒိဝါစ၊ နေ့၌လည်းကောင်း။
 ရတ္တော စ၊ ည၌လည်းကောင်း။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။ ဓမ္မဂတာသတိ၊
 တရားတော်ဂုဏ်ကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။
 ဂေါတမသာဝကာ၊ ဂေါတမနွယ်ဝင် ဘုရားရှင် တပည့်ဖြစ်
 ကုန်သော။ ဓတ၊ ထိုသူတို့သည်။ သဒါ၊ နေ့ရောည၌ပါ အခါ
 ခပ်သိမ်း။ သပ္ပဗုဒ္ဓံ၊ ကောင်းသော နိုးကြားခြင်းကို။ ပဗ္ဗိဇ္ဇန္တိ
 နိုးကြားသည် မည်ကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၉၆။ ဂေါတမ၏	တပည့်များဟာ၊
နေ့ည၌မပြတ်	နိုးလတ်လောင်းစွာ။
ဘုရားဂုဏ်ဟော်	အာရုံပြုကာ၊
မြဲပွားများ	နိုးကြားနေကြတာ။

296. Well awakened ever the disciples of Gotama arise; they who by day and by night always contemplate the Buddha.

စကားပြေ။ ။ ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သာဝကတို့သည် အခါ
 ခပ်သိမ်း ကောင်းစွာ နိုးကြားခြင်းကို နိုးကြားကြ
 ကုန်၏။ ထိုသူတို့သည် နေ့ရောည၌ပါ အခါမလပ် ဘုရားဂုဏ်တော်ကို
 အမြဲမပြတ် အာရုံကပ်၍ နေကြကုန်၏။

ခွက်ကိုယူ၍ သူငယ်ကို ကောင်းစွာ ကျွေးမွေးလေ၏။ ဘီလူးတို့
အာနုဘော်ဖြင့် မင်းကြီးတယောက်သာမြင်အောင် ရွှေခွက်၌ အကွရာ
ရေး၍ထားခဲ့၏။ မိုးသောက်သောအခါ နန်းတော်မှ ရွှေခွက်ပျောက်၍

မြန်မာကဗျာ

၂၉၇။ ဂေါတမ၏	တပည့်များဟာ၊
နေညဉ့်မပြတ်	နိုးလတ်ကောင်းစွာ၊
တရားဂုဏ်တော်	အာရုံပြုကာ၊
မြွှားများ	နိုးကြားနေကြတာ။

297. Well awakened ever the disciples of Gotama
arise; they who by day and by night always contem-
plate the Dhamma.

စကားပြေ။ ။ ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့်သာဝက တို့သည်
အခါခပ်သိမ်း ကောင်းစွာ နိုးကြားခြင်းကို နိုးကြားကြ
ကုန်၏။ ထိုသူတို့သည် နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါမလပ် တရားဂုဏ်တော်ကို
အမြဲမပြတ် အာရုံကပ်၍ မြွှားများနေကြကုန်၏။

လိုက်လံရှာကြံသော် သုသာန်ထင်းလည်းပေါ်၌ ရွှေခွက်ကိုရ၍ သူငယ်
ကို ချည်နှောင်လျက် မင်းအထံသို့ပို့လေ၏။ မင်းလည်း ရွှေခွက်၌အက္ခရာ

၂၉၈။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊
သဒါ ဂေါတမသာဝကော။
ယေသံ ဒိဝါစ ရတ္တော စ၊
နိစ္စံ သံဆဂတာ သတိ။

အနက်—

ယေသံ၊ အကြင်သူတို့အား။ ဒိဝါစ၊ နေအခါ၌လည်းကောင်း။
ရတ္တော စ၊ ည၌အခါ၌ လည်းကောင်း။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။ သံဆဂတာ-
သတိ။ သံဆာတော်၏ဂုဏ်ကို အာရုံပြု၍ဖြစ်သော သတိသည်။
အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဂေါတမသာဝကော၊ ဂေါတမနွယ်ဝင် ဘုရားရှင်
တပည့် ဖြစ်ကုန်သော။ ဧ၊ ထိုသူတို့သည်။ သဒါ၊ နေရာ
ညည့်ပါ အခါခပ်သိမ်း။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ၊ ကောင်းသောနိုးကြားခြင်းကို။
ပဗုဇ္ဈန္တိ၊ နိုးကြားသည် မည်ကုန်၏။

၂၉၉။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊
သဒါ ဂေါတမသာဝကော။
ယေသံ ဒိဝါစ ရတ္တော စ၊
နိစ္စံ ကာယဂတာ သတိ။

အနက်—

ယေသံ၊ အကြင်သူတို့အား။ ဒိဝါစ၊ နေအခါ၌လည်းကောင်း။
ရတ္တော စ၊ ည၌အခါလည်းကောင်း။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။ ကာယဂတာ-
သတိ။ ကေသာအစ ကောဋ္ဌာသဆို ကိုယ်ကို အဖန်တလဲလဲ
ရှုသည်၏အစွမ်းဖြင့် ဖြစ်သော သတိသည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဂေါတမ-
သာဝကော၊ ဂေါတမနွယ်ဝင် ဘုရားရှင်တပည့် ဖြစ်ကုန်သော။
ဧ၊ ထိုသူတို့သည်။ သဒါ၊ နေရာ ညည့်ပါ အခါခပ်သိမ်း။
သုပ္ပဗုဒ္ဓံ၊ ကောင်းသောနိုးကြားခြင်းကို။ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊ နိုးကြားသည်
မည်ကုန်၏။

တို့ကိုမြင်လျှင် ဘီလူးတို့ယူကြောင်းသိ၍ သူငယ်ကို ဘုရားအထံသို့ခေါ်
သွား၍ အကြောင်းကိုလျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် တရားဟောတော်

မြန်မာကဗျာ

၂၉၈။ ဂေါတမ၏ တပည့်များဟာ၊
နေညဉ့်မပြတ် နိုးလတ်ကောင်းစွာ၊
သံဃာ့ဂုဏ်တော် အာရုံပြုကာ၊
ပွားများ နိုးကြား နေကြတာ။

298. Well awakened ever the disciples of Gotama arise; they who by day and by night always contemplate the Sangha.

စကားပြေ။ ။ဂေါတမမြတ်စွာဘုရား၏တပည့်သားတို့သည် အခါ
ခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားခြင်းကို နိုးကြားကြကုန်
၏။ ထိုသူတို့သည် နေရောညဉ့်ပါ အခါမလပ် သံဃာ့ဂုဏ်တော်ကို အမြဲ
မပြတ် အာရုံတပ်၍ ပွားများနေကြကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၂၉၉။ ဂေါတမ၏ တပည့်များဟာ၊
နေညဉ့်မပြတ် နိုးလတ်ကောင်းစွာ၊
ရုပ်ကမ္မဋ္ဌာန်း စီးဖြန်း ခါခါ၊
သတိထား နိုးကြား နေကြတာ။

299. Well awakened ever the disciples of Gotama arise; they who by day and by night always contemplate the body.

စကားပြေ။ ။ဂေါတမ မြတ်စွာဘုရား၏ တပည့် သာဝကတို့သည်
အခါခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားခြင်းကို နိုးကြားကြ
ကုန်၏။ ထိုသူတို့သည် ရုပ်ခန္ဓာရှိ (ဆံပင်၊ မွေးညှင်း စသော) သုံးဆယ့်
နှစ်ကောဋ္ဌာသကမ္မဋ္ဌာန်းကို နေရောညဉ့်ပါ အခါမလပ် အာရုံတပ်၍
ပွားများနေကြကုန်၏။

မူခြင်းငှါ “သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ” စသောခြေခက်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ သူငယ်သည် မိဘတို့နှင့်တကွ သောတာပန်တည်းလေ၏။

၃၀၀။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊
သဒါ ဂေါတမသာဝကော။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊
အဟိံသာယ ရတော မနော။

အနက်—

ယေသံ၊ အကြင်သူတို့အား။ ဒိဝါ၊ နေ့အခါ၌လည်းကောင်း။ ရတ္တော စ၊ ည၌အခါ၌လည်းကောင်း။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။ အဟိံသာယ၊ ကရုဏာတရား ရှေးရှုပွား၍ သူတပါးအား မညှဉ်းဆဲခြင်း၌။ မနော၊ စိတ်သည်။ ရတော၊ မွေ့လျော်၏။ ဂေါတမသာဝကော၊ ဂေါတမနွယ်ဝင် ဘုရားရှင်တပည့်ဖြစ်ကုန်သော။ တေ၊ လိုသူတို့သည်။ သဒါ၊ နေ့ရောည၌ပါ အခါခပ်သိမ်း။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ၊ ကောင်းသော နိုးကြားခြင်းကို။ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊ နိုးကြားသည်မည်ကုန်၏။

၃၀၁။ သုပ္ပ ဗုဒ္ဓံ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊
သဒါ ဂေါတမသာဝကော။
ယေသံ ဒိဝါ စ ရတ္တော စ၊
ဘာဝနာယ ရတော မနော။

အနက်—

ယေသံ၊ အကြင်သူတို့အား။ ဒိဝါ၊ နေ့အခါ၌ လည်းကောင်း။ ရတ္တော စ၊ ည၌အခါ၌လည်းကောင်း။ နိစ္စံ၊ အမြဲ။ ဘာဝနာယ၊ မေတ္တာတရား ပွားများခြင်း၌။ မနော၊ စိတ်သည်။ ရတော၊ မွေ့လျော်၏။ ဂေါတမသာဝကော၊ ဂေါတမနွယ်ဝင် ဘုရားရှင်တပည့် ဖြစ်ကုန်သော။ တေ၊ လိုသူတို့သည်။ သဒါ၊ နေ့ရောည၌ပါ အခါခပ်သိမ်း။ သုပ္ပဗုဒ္ဓံ၊ ကောင်းသောနိုးကြားခြင်းကို။ ပဗုဇ္ဈန္တိ၊ နိုးကြားသည်မည်ကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၀။	ဂေါတမ၏	တပည့်များဟာ၊
	နေညဉ့်မပြတ်	နိုးလက်ကောင်းစွာ၊
	မညဉ့်ဆဲခြင်း	ထင်းလင်း မေ့ကာ၊
	အားလုံးပဲ	စိတ်ထဲဖြစ်နေတာ။

300. Well awakened ever the disciples of Gotama arise; they who by day and by night delight in harmlessness.

စကားပြေ။ ။ဂေါတမမြတ်စွာတရား၏တပည့် သာဝကတို့သည် အခါ
ခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားခြင်းကို နိုးကြားကြကုန်
၏။ ထိုသူတို့အား နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါမလပ် မညဉ့်ဆဲခြင်း၌ (ကရုဏာ
တရားပွားများခြင်း၌) မွေ့လျော်သော စိတ်ရှိ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၁။	ဂေါတမ၏	တပည့်များဟာ၊
	နေညဉ့်မပြတ်	နိုးလက်ကောင်းစွာ၊
	မေတ္တာတရား	ပွားများ ခါခါ၊
	စိတ်ပျော်မွေ့	နေလေ့ရှိကြတာ။

301. Well awakened ever the disciples of Gotama arise; they who by day and by night delight in meditation.

စကားပြေ။ ။ဂေါတမမြတ်စွာ တရား၏တပည့် သာဝကတို့သည် အခါ
ခပ်သိမ်း ကောင်းစွာနိုးကြားခြင်းကို နိုးကြားကြကုန်၏။
ထိုသူတို့၏ စိတ်သည် နေ့ရောညဉ့်ပါ အခါမလပ် မေတ္တာပွားခြင်း၌ မွေ့
လျော်ကြကုန်၏။

harmlessness	မညဉ့်ဆဲခြင်း (ကရုဏာတရားပွားများခြင်း)
in meditation	မေတ္တာတရားပွားများခြင်း၌

၂၂၀။ ဝဇ္ဇိပုတ္တက ဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေသာလီပြည် မဟာဝုန်တောကျောင်း၌
နေတော်မူသောအခါ ဝဇ္ဇိမင်းပွဲသဘင်ခံရာမှ တီးမှုတ်သံကိုကြား၍
ရဟန်းအဖြစ်၌ ငြီးငွေ့သော ဝဇ္ဇိပုတ္တက ရဟန်းတပါးကို ဆုံးမတော်

၃၀၂။ ဒုပ္ပဗ္ဗဇ္ဇံ ဒုရဘိရမံ၊
ဒုရာဝါသာ သရာ ဒုခါ၊
ဒုက္ခော သမာနသံဝါသော၊
ဒုက္ခာနုပတိ တဒ္ဓဂ္ဂ။
တသ္မာ န စဒ္ဓဂ္ဂ သိယာ၊
န စ ဒုက္ခာနုပတိတော သိယာ။

အနက်—

ဒုပ္ပဗ္ဗဇ္ဇံ၊ သာသနာကော်ကို ရင်ပေး၍ ဦးမောင်းထောက်ရှု ရဟန်း
ပြုခြင်းငှါ ခဲယဉ်းလှစွာ၏။ ဒုရဘိရမံ၊ ရဟန်းဖြစ်ပြန်ဆွမ်းခံလှည့်
လည်ရခြင်း စသောအကြောင်းကြောင့် ရဟန်းအဖြစ်၌ စင်စစ်
မွေ့လျော်နိုင်ခဲ၏။ သရာ၊ အိမ်၌။ ဒုရာဝါသာ၊ အမှုကိစ္စ ပြည့်ဝနိုင်
ခဲ သဲမဲစုဝေါင်း မကောင်းသောနေရခြင်းကလည်း ဒုခါ၊ ဆင်းရဲလှ
၏။ အသမာနသံဝါသော၊ သီလစသည် မညီမမျှ ပေါင်းဖော်၍
နေရခြင်းသည်။ ဒုက္ခော၊ ဆင်းရဲလှ၏။ တဒ္ဓဂ္ဂ၊ ဝဋ်ဆင်းရဲ
တည်းဟူသော အခွန်ရှည်ခရီးသို့ ပြေးသွားရခြင်းသည်။ ဒုက္ခာ-
နုပတိတော၊ ဆင်းရဲ၌ အစဉ်ကျရောက်သည်သာလျှင်။ ယသ္မာ၊
အကြင်ကြောင့်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်။ အဒ္ဓဂ္ဂ၊
ဝဋ်ဆင်းရဲ၌ အခွန်ရှည်ရှည် ကျင်လည်ပြေးသွားသည်။ န စ
သိယာ၊ ဖြစ်လည်း မဖြစ်ရာ။ ဒုက္ခာနုပတိတော၊ ဝဋ်ဆင်းရဲ၌
အစဉ်ကျရောက်သည်။ န စ သိယာ၊ ဖြစ်လည်း မဖြစ်ရာ။

မူခြင်းငှါ “ဒုပ္ပဗ္ဗဇ္ဇံ ဒုရဘိရမံ” စသောဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။
ထိုရဟန်းသည် သောတာပန်ဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၂။ ဖြစ်ခဲ ပျော်ခဲ ရဟန်းပဲဆို။
အိမ်မှာနေလဲ ဆင်းရဲသကို၊
မညီပေါင်းသင်း ဆင်းရဲခြင်းပို၊
သံသာထဲ သွားလဲ ဆင်းရဲပို။
ထုံကြောင့်သံသာ သွားလာဖြတ်လို့၊
ဆင်းရဲတွင်း ကျဆင်းမေ့ရောက်လို့။

302. Difficult is renunciation, difficult is it to delight therein, difficult and painful is household life, painful is association with unequals; if befalls a wayfarer (in *samsāra*; therefore be not a wayfarer, be not a pursuer of ill.

စကားပြေ။ ။ ရဟန်းပြုလုပ်နိုင်ခဲ၏။ ရဟန်းအဖြစ်၌ ပျော်ပိုက်နိုင်ခဲ၏။
အမှုကိစ္စ ပြည့်စုံနိုင်ခဲသော အိမ်ရာတည်ထောင်
လှူဆောင်၍ နေရခြင်းသည် ဒုက္ခဆင်းရဲ ခက်ခဲလှ၏။ မညီမမျှ ပေါင်း
သင်းရခြင်းသည် ဆင်းရဲလှ၏။ သံသရာထဲတွင် မရပ်မနားပြေးသွားနေရ
သောသူသည် ဆင်းရဲဒုက္ခကျရောက်ရ၏။ ထို့ကြောင့် သံသရာခရီးရှည်
သွားလာသူမဖြစ်ရာ။ ဆင်းရဲတွင်းသို့ မကျရောက်ရာ။

၂၂၁။ စိတ္တဂဟပတိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သွားလေရာရာလာဘ်သပ္ပကာများစွာပေါများ

၃၀၃။ သဒ္ဓေါ သီလေန သမ္ပန္နော၊

ယသော ဘောဂသမ္ပပိတော။

ယံ ယံ ပဒေသံ ဘဇတိ၊

တတ္ထ တတ္ထေဝ ပူဇိတော။

အနက်—

သဒ္ဓေါ၊ သဒ္ဓါတရားရှိသည်ဖြစ်၍။ သီလေန၊ သီလနှင့်။
သမ္ပန္နော ပြည့်စုံသော သူသည်။ ယသော၊ အခြံအရံ အကျော်
အစောင့်ရှိသည်။ ဘောဂသမ္ပပိတော၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာပြည့်စုံသည်။
ဟုဟူား ဖြစ်၍။ ယံ ယံ ပဒေသံ၊ အကြင်အကြင်အရပ်သို့။ ဘဇတိ၊
ဆည်းကပ် ရောက်လာ၏။ တတ္ထ တတ္ထေဝ၊ ထိုအရပ်၌ပင်လျှင်။
ပူဇိတော၊ အပူဇော်ခံရသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

သော စိတ္တသုကြယ်ကို အကြောင်းပြု၍ “သဒ္ဓါ သီလေန သမ္ပန္နော”
စသောဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

ပြန်မာဏဗျာ

၃၀၃။ သဒ္ဓါသီလ	ပြည့်ဝသူမှာ၊
စည်းစိမ်တွေပေါ်	ကျော်စောလွန်စွာ၊
ရောက်ရာ ရပ်တိုင်း	မဆိုင်းပါသာ၊
ပူဇော်ခြင်း	ထင်လင်း ခံရတာ။

303. He who is full of confidence and virtue, possessed of repute and wealth everywhere, in whatever land he sojourns, he is honoured.

စကားပြေ။ ။ သဒ္ဓါတရားရှိ၍ သီလနှင့်ပြည့်စုံသောသူသည် (အခြံအရံ
အကျော်အစောများ ပြီး စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပြည့်စုံ၍) ရောက်
လေရာ (တိုင်းပြည်နိုင်ငံ) အရပ်၌ နှုတ်ခိုင်း ပူဇော်ခံရ၏။

possessed
wealth

ပြည့်စုံ၍၊ ပိုင်ဆိုင်၍
စည်းစိမ်ဥစ္စာ

၂၂၂။ စူဠသုဘဒ္ဒါ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် စေတနာ ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသော အခါ အနာထပိတံ သဌေးသမီး စူဠသုဘဒ္ဒါသည်
သာဝတ္ထိပြည်မှ ယူဇနာတရာနှစ်ဆယ် ကွာသော ဥဂ္ဂမြို့၌ ဥဂ္ဂသဌေး
သားနှင့် အိမ်ထောင်ကျ၏။ ယောက္ခမတို့သည် ကဏ္ဍတုန်းတို့ကို ပင့်၍
ဆွမ်းကျွေး၏။ ရဟန်းတို့ကို ရှိခိုးလှည့်ဟု စူဠသုဘဒ္ဒါကိုခေါ်ရာ ဤသူ
တို့ကား ရဟန္တာမဟုတ်ကုန်၊ ရဟန္တာတို့ကား ဤသို့ လောဘရှိသည်
မဟုတ်ဟု ဆို၍ “သန္တိန္ဒြိယ၊ သန္တမာနသ၊” စသည်ဖြင့် ဘုရားဂုဏ်၊

၃၀၄။ ဒုဗ္ဗေ သန္တော ပကာသေန္တိ၊
ဟိမဝန္တာဝ ဝပ္ပတော၊
အာဝန္တော န ဗိသန္တိ၊
ရတ္တိ ခိတ္တာ ယထာ သရာ။

အနက်— ဟိမဝန္တာဝ ဝပ္ပတော ဆီးနှင်းများစွာ ရှိလတ်စွာသော
ဟိမဝန္တာတောင်သည်။ ဒု ဗုဒ္ဓ၊ ဝေးကွာ၌ န ရပ်နေသ၌၊ ဌိတာ-
နံ ပိ၊ တည်နေကုန်သော သူတို့အားလည်း၊ ပကာသေန္တိ ဣဝ၊
မျက်မှောက်ဟည်ရှိ ပြုလောက် သကဲ့သို့။ ဧဝံ တထာ၊ ထိုအတူ။
သန္တော၊ ကုသိုလ်ဆောက်၌ စည်းပူးများပေါင်း သူတော်
ကောင်းတို့သည်။ ဒုဗ္ဗေ၊ ဝေးကွာ၌ န ရပ်နေသ၌၊ ဌိတာ ပိ၊
တည်နေကုန်လျက်လည်း။ ပကာသေန္တိ၊ ရွှေ့ရွှေ့မျက်မှောက်
လာရောက်တည်နေပြီးသော အလား ထင်ရှားပြကုန်၏။ ရတ္တိ၊
အင်္ဂါလေးပုံ ပြည့်စုံကြုံကြိုက် အမှိုက်တိုက်ရှိသော ည၌။ ခိတ္တာ၊
ပစ်လွှတ်အပ်ကုန်သော။ သရာ၊ မြားတို့သည်။ န ဗိသန္တိ ယထာ၊
မထင်မြင်ကုန်သကဲ့သို့။ ဧဝံ တထာ၊ ထိုအတူ။ အသန္တော၊ သံသရာ
မကူးမြောက် မျက်မှောက်လေးပြု လာဘ်ငွေ ကိုသာ ရှုလေ့
ရှိသော ဗာလမုည့်ခေါ် မသူတော်သည်။ ဧတ္ထ၊ ဘုရားမြတ်စွာ
လကျာဒူးဝန်း ရည်ညွှန်းထံမှ ဤအနီး ဖြစ်သော နေရာ၌။
နိသိန္နာပိ၊ ထိုင်နေကုန်လျက်လည်း။ န ဗိသန္တိ၊ မထင်မြင်ကုန်
တော့သည်သတည်း။

သံဃာ့ဂုဏ်တို့ကို ချီးမွမ်း၍ပြော၏။ သင်၏ရဟန်းတို့ကို ပင့်ပါလော့ဟု ဆိုကြ၍ ကုန်သည်ရှိသော် စူဠသုဘဒ္ဒါသည် ဘုံခုနစ်ဆင့် ရှိသော ပြာသာဒ်ထက်သို့တက်၍ ဘုရားအမှူးရှိကော သံဃာ့သည် ကြွလာစေ သတည်းဟု အဓိဋ္ဌာန်၍ မုလေးပန်းမှတ်ဆုပ်ကို မြှောက်လေ၏။ မုလေး ပန်းတို့သည် ပရိသတ် အလယ်၌ တရားဟော၍ နေတော်မူသော ဘုရားရှင်အပေါ်၌ ဗိမာန်ဖြစ်လေ၏။ ထိုနေ့ အနာတပိဏ်သဌေးလည်း ဘုရားရှင်ကို ဆွမ်းလှူလို၍ ပင့်ဖိတ် လေသော် စူဠသုဘဒ္ဒါသည် ပင့်ဖိတ်အပ်ပြီဟု မိန့်တော်မူသည်။ အရှင်ဘုရား စူဠသုဘဒ္ဒါသည် ယူဇနာတရာ့နှစ်ဆယ် ဝေးသော ဥဂ္ဂမြို့၌ နေသည့် မဟုတ်လောဟု လျှောက်ရာတွင် “ဗုရေသန္တော ပကသေန္တိ” ဝါထာဖြင့် သူတော် ကောင်းတို့သည် အဝေး၌ တည်သော်လည်း ထင်ရှားကုန်၏ဟု မိန့်တော် မူသည်။ ဝိသကြုံ နတ်သားသည် ဖန်ဆင်းတော်မူသော ပြာသာဒ်ယာဉ် ငါးရာဖြင့် ရဟန္တာငါးရာနှင့်တကွ ဥဂ္ဂမြို့သို့ ကြွတော်မူ၍ ခုနစ်ရက် ပတ်လုံး နေတော်မူ၏။ ဥဂ္ဂသဌေးနှင့်တကွ ရှစ်သောင်း လေးထောင် သော သတ္တဝါတို့အား အကျွတ်တရား ရလေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၄။ ဟိမဝန္တာ	မမာပုံတူ၊
ပေး၌ထင်ရှား	ဘုရားစသို့၊
ညဉ့်၌ပစ်ထွက်	မြားရွက်ပုံတူ၊
မထင်ရှား	နီးငြားသူယုတ်ဟူ။

304. Even from afar the good reveal themselves like the Himalaya mountain; the wicked though near are invisible like arrows shot by night.

စကားပြေ။ ။ ဟိမဝန္တာတောင်သည် အဝေး၌ရှိသော်လည်း ထင်ရှားသကဲ့သို့ သူတော်ကောင်းတို့သည် အဝေး၌ပင် ရောက်ရှိနေသော်လည်း ထင်ရှားကုန်၏။ သူယုတ်မာတို့သည်ကား ဘုရားရှင်၏ အနီးထိပါး၌ ရောက်ရှိနေသော်လည်း ညဉ့်အခါ၌ ပစ်လွှတ်အပ်သော မြားကဲ့သို့ မထင်ရှားလေကုန်။

၂၂၃။ ကေဝိဟာရိတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဘာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းကော်၌
နေတော်မူသောအခါ တယောက်တည်းသာလျှင် နေလေ့၊ ထိုင်လေ့

၃၀၅။ ကောသနံ ကေသေယျံ၊
 ကော စရမကန္တိတော။
 ကော ဒမယမတ္တာနံ၊
 ဝနန္တေ ရမိတော သိယာ။

အနက်—

ကောသနံ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်းပြီး တယောက်တည်း
နေခြင်းကို လည်းကောင်း။ ကေသေယျံ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံး
သွင်းပြီး တယောက်တည်း အိပ်ခြင်းကို လည်းကောင်း။ တ-
ဇေယ၊ မှီဝဲဆည်းကပ်ကုန်လော့။ အာမန္တိဟော၊ ပျင်းမရိလုံ့လ
ရှိသည်ဖြစ်၍။ ဇေယော၊ တယောက်တည်းတည်းသာလျှင်၊ စရံ
စရန္တော၊ ကျင့်လျက်။ ကော၊ အဖော်မလျှောက် တယောက်
တည်းတည်းသာလျှင်။ ဟုသာ ဖြစ်၍၊ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။
ဒမယံ ဒမယန္တော၊ ဝါရားလမ်းပြ ပြောဆိုမလျက်။ ဝနန္တေ၊
လူသူ ပင်းတိတ် အသံဆိတ်သော တော၌သာလျှင်။ ရမိတော၊
အလွန်အကြီး အထူးမွေ့လျော်သည်။ သိယာ၊ ဖြစ်ရာ၏။

သွားလေ့၊ အိပ်လေ့ရှိသော ရဟန်းကို အကြောင်းပြု၍ “ကောသနံ
ကေသယံ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

၃၀၅။ မပျင်းရိပဲ	တယောက်ထဲသာ၊
နေခြင်း စားခြင်း	အိပ်ခြင်းနှင့်သာ၊
ကိုယ်တည်းကျင့်ရ	ဆုံးမကိုသာ၊
တော၌မွေ့	ပျော်၍နေသင့်တာ။

305. He who sits alone, rests alone, walks alone
unwearied, who alone controls oneself, will find delight
in the forest.

စကားပြေ။ ။ ကမ္မဋ္ဌာန်းကို နှလုံးသွင်းပြီး တယောက်တည်း နေထိုင်၊
တယောက်တည်း အိပ်၊ တယောက်တည်း သွားလာ
ကျင့်ကြံခြင်းကိုပြုကာ (မပျင်းမရိ) လုံ့လရှိလျက် တယောက်တည်း မိမိ
ကိုယ်ကိုဆုံးမလျက် (လူသူကင်းသော) ဟောစာရပ်၌ အလွန်အကြူး
အထူးမွေ့လျော်မည်။

ပကိဏ္ဍကဝဂ်-ပိုင်းပြမ်းခြင်းအုပ်စု ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိက

အခန်း ၂၂။

နိရယဝဂ်-ငရဲအုပ်စု

၂၂၄။ သုန္ဒရီပရိဗ္ဗာဓိကာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်ပြတ်ကည် လ ဝတ္ထုပြည့် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေကော်မူးသာအခါ တိတ္ထိယျ ဟည် လာဘ် ပူဇော်သက္ကသရေကြီး၌
ဘုရားရှင်အား ဂြူစူယည်ဖြစ်၍ တင့်တယ်သော အဆင်းသဏ္ဌာန်
ရှိသော သုန္ဒရီပရိဗ္ဗာဓိ ရှင်ဝေါဟမနုရုံ ဆာတူဟကွ ဂန္ဓကုဋ်၌အိပ်ရ

မူဝါဒ။ အဘူတဝါဒီ နိရယံ ဥပေတိ။

ယေ ပါပိ ကမ္မော န ကဗျေမိ'စာဟ။

ဥပဘယံ ဟေ ပေစ္စ သမာ ဘပန္နိ။

နိဟိနကမ္မာ မနုဇာ ပရတ္ထ။

အနက်--

အဘူတဝါဒီ စ၊ မဟုတ်မညီ လိမ်ကည်လှည့်ကာ မူသား
ပြောဆိုလေ့ရှိသော သူကည်လည်းကောင်း၊ ယေး၊ အကြံသူ
သည်။ ကမ္မော၊ ယုတ်မာညစ်ကျ၊ မကောင်းမှုကို မိမိပြုပြီး၍။
အဟံ၊ ငါသည်။ န ကဗျေမိ၊ မပြုလုပ်၊ ဣတိ၊ ဤသို့၊ အာဟ၊
ဆို၏။ ဘော စာပိ၊ ထိုသူသည်လည်းကောင်း။ နိရယံ၊ ချမ်းသာ
ကင်းမဲ့ ပါယ်ငရဲသို့၊ ဥပေတိ၊ ကပ်ဆုတ်ရလေ၏။ ဥပဘယံ၊
နှစ်ဦးနှစ်ယောက်လည်း ဖြစ်ကုန်သော။ နိဟိနကမ္မာ၊ ယုတ်သော
အမှုရှိကုန်သော။ ဟေ မနုဇာ၊ ထိုသူတို့သည်။ ပရတ္ထ၊ နောက်၌
ဖြစ်သော။ ပေစ္စ၊ ဟမလွန်ဘဝ၌။ သမာ၊ ဆင်းရဲအကျိုး
ပူးတိုးညီမျှကုန်သည်။ ဘပန္နိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။

လေကြောင်းနှင့် ပြောဆိုစေ၍ နှစ်ရက် သုံးမျက်နှာလျှင် သေသောက်
ကြူးတို့အား တံစိုးလက်ဆောင်ပေး၍ ပရမိဇ်မကို သတ်စေ၍ ဇေတဝန်
ကျောင်းတော်တွင် တံမြက်ချေးစဉ် အမှိုက်ဖြင့်ဖုံး၍ လားပြီးသော်
သုန္ဒရီပရမိဇ်မ ပျောက်သည်ဟု အုတ်အုတ်ကျွတ်ကျွတ်ပြောပြီးမှ ဇေတဝန်
ကျောင်းတော်တွင်း၌ တွေ့သည်ဆို၍ ဘုရားရှင်၏ ကျေးဇူးမဲ့ကို ပြော
လေကုန်၏။ ရဟန်းတို့သည် ဤအကြောင်းကို ဘုရားရှင်ထံလျှောက်ရာ
တွင် “အဘူတပါဒီ နိရယံ ဥပေတိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။ သေသောက်ကြူးတို့ အသပြောပေဖန်ရာတွင် ငြင်းခုံကြ၍ တိတ္ထိတို့
တံစိုးပေး၍ သတ်ကြောင်း ပေါ်လေသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၈၆။ မမှန်ပြောလဲ	ငရဲရောက်မှာ၊
ပြုမိကွယ်ဝှက်	ငရဲသက်မှာ၊
ထိုသူနှစ်ဦး	အထူး ယုတ်မှာ၊
မူများလစ်	အပြစ်လျှင်ကြာ၊
တမလွန်လဲ	ဆင်ရဲတူသ
ငရဲလဲ	မလွဲခံရမှ ။

306. The speaker of untruth goes to hell; and also he who having done it says, "I did not"; both after death become equal, men of base actions in the other world.

စကားပြေ။ ။ လိမ်ဝါညာဖြန်းသောသူသည် ငရဲသို့ရောက်၏။ ပြုမိပါ
လျက် ငါမပြုဟု ပြောဆိုသောသူသည်လည်း ငရဲသို့
ရောက်၏။ (တမလွန်ဘဝသို့ ထွက်ခွါလာသော) ထိုသူနှစ်ယောက်လုံးပင်
ယုတ်မာသော အမူအရာများရှိသော လူများဖြစ်ကြ၍ တမလွန်ဘဝ၌
ဆင်းရဲအကျိုး ပွားတိုးညီမျှ ငရဲခံရခြင်း တူကြကုန်၏။

having done

ပြုမိပါလျက်

of base actions

ယုတ်မာသောအမူအကျင့်များရှိသော

၂၂၅။ ဒုစ္စရိတဖလပီဠိတ ဝတ္ထု၊

ကဿပဘုရားရှင်၏ သာသနာတော်၌ ယုတ်မာကုန်သော ရဟန်း
သာမဏေဟူသည် ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်၌ ရဟန်းသာမဏေ၏ အသွင်ဖြင့်
ပြောင်ပြောင်တောက်သော သင်္ကန်းသပိတ်ဖြင့် ခံနေရကုန်သော

၃၀၇။ ကာသာဝကဏ္ဍာ ဗဟဝေါ၊

ပါပဓမ္မာ အသညတာ။

ပါပါ ပါပေဟိ ကမ္မေဟိ၊

နိရယံ တေ ဥပပဇ္ဇေရ။

အနက်—

ကာသာဝကဏ္ဍာ၊ လည်၌သင်္ကန်းရစ်ပတ်ကုန်သော။ ဗဟဝေါ၊
မျှားစွာကုန်သော။ ပါပဓမ္မာ၊ ယုတ်မာသော အကျင့်ရှိကုန်
သော။ အသညတာ၊ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး သုံးပါးလုံးကို စောင့်စည်း
ခြင်း မရှိကုန်သော။ ကေ ပါပါ၊ ထိုယုတ်မာသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့
သည်။ ပါပေဟိ၊ မိမိပြုလုပ် ယုတ်မာကုန်သော။ ကမ္မေဟိ၊
အကုသိုလ်ကံတို့ကြောင့်။ နိရယံ၊ ချမ်းသာငြိမ်းမဲ့ ပါယ်ငရဲသို့၊
ဥပပဇ္ဇေရ၊ လားကပ် ယုတ်ချေ ကံ ပြစ်ပျောက်ရကုန်၏။

ပြိတ္တာတို့ကို အကြောင်းပြု၍ “ကလာသဝကဏ္ဍာ ဗဟဝေါ” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၇။ မြန်သောသင်္ကန်း လည်လွမ်းရောက်ခါ၊
ကိုယ်နှုတ်စိတ်ပုပ် အဟုတ်ယုတ်မာ၊
မိမိပြုလုပ် ကျင့်ယုတ်ကြောင့်သာ၊
ပါပင်ငရဲ ရောက်မြဲ ထိုသူမှာ။

307. Many on whose neck is the yellow robe are of evil disposition and uncontrolled; evil ones by their evil deeds are born in hell.

စကားပြေ။ ။ သင်္ကန်းလည်၌ ပျောက်ကုန်ပြီး ကိုယ်နှုတ်စိတ်ပုပ် ယုတ်
မာသော အကျင့်ရှိကုန်သော များစွာယုတ်မာသော
သူတို့သည် မိမိတို့၏ယုတ်မာသော ကောင်းမှုတို့ကြောင့် ငရဲ၌ ဖြစ်ကြ
ကုန်၏။

yellow robe
disposition

သင်္ကန်း
အကျင့် (စင်ကိုစိတ်)

၂၂၆။ ဝဏ္ဏမုဒါတိရိယဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေသာလီပြည့် မဟာဝုန်ကျောင်း၌ နေ
တော်မူသောအခါ (ဥတ္တရိ ဓနုဿဓမ္မ) မြတ်သော ဈာယိ အရိယာ
လူတို့၏ ဈာန်မဂ်ဖိုလ်တရားကို ပြောဆိုဝါကြား နေကြ ကုန်သော

၃၀၈။ သေယျော အယောဂုဇ္ဇော ဘုတ္တော၊
တတ္ထော အဂ္ဂိသိဓူပဓော။
ယဉ္ဇေ ဘုဉ္ဇေယျ ဗုဿီလော၊
ရဋ္ဌပိဏ္ဍမာညတော။

အနက်—

အသညတော၊ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး သုံးပါးလုံးကို အစောင့်စည်း
သော။ ဗုဿီလော၊ သီလအလျဉ်း ကင်းရှင်းကြေပြုတ် အကျင့်
ယုတ်သော ရဟန်းသည် ၊ ရဋ္ဌပိဏ္ဍ၊ တိုင်းနိုင်ငံသူ ကြည်ဖြူ ရှင်လန်း
လှစွာရှိသော ဆွမ်းကို။ ယဉ္ဇေ ဘုဉ္ဇေယျ၊ ကကယ်၍ စားနေအံ့။
ဧဝံ သတိ၊ ဤသို့ စားနေခဲ့သည်ရှိသော်။ ဟတော၊ ထိုတိုင်းနိုင်ငံသူ
ကြည်ဖြူလှစွာရှိသော ဆွမ်းကို စားရသောထက်။ တတ္ထော၊ အလျှံ
ပြောင်ပြောင် ပူလောင်သော။ အဂ္ဂိသိဓူပဓော၊ မီးအလျှံနှင့်
တူသော အဆင်းရှိသော။ အယောဂုဇ္ဇော၊ သံတူခဲကိုသာလျှင်။
ဘုတ္တော၊ စားမျှချခြင်းသည်။ သေယျော၊ တကယ်သာ သေလွန်
ပါသဖြင့် ကောင်းစွာ မြတ်သေးပေသတည်း။

ကျွေးမွေးပြန်နားသော ရဟန်းတို့ကို အကြောင်းပြု၍ “သေယျော
အယောဂုဠော ဘုရတ္တာ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၈။ သီလကင်းပြီး	စောင့်စည်းဗလာ၊
သူများလူထား	ဆွမ်းစားသူမှာ၊
မီးလျှံရဲရဲ	သံခဲကိုင်ကာ၊
စားမျိုက	မြတ်ရလိမ့်မည်သာ။

308. Better to eat an iron ball red-hot, like a flame of fire, than as an immoral, uncontrolled person to eat the alms of people.

စကားပြေ။ အကျင့်သီလ ကင်း၍ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး သုံးပါးလုံးကို
မစောင့်စည်းသော လူ (ရဟန်း) သည် တိုင်းနိုင်ငံသူ
ကြည်ဖြူရှင်လန်း လှူဒါန်းသော ဆွမ်းကို စားနေခြင်းထက် မီးလျှံ မီး
တောက်သကဲ့သို့ တောက်လောင်နေသော သံတွေခဲကို စားနေရခြင်းက
သာ၍ မြတ်သေး၏။

a red hot iron
ball

သံတွေခဲ (ရဲရဲပူသော သံတွေခဲ)

like a flame of fire
alms

မီးလျှံမီးတောက်ကဲ့သို့ တောက်လောင်နေသော
လှူဒါန်းသောဆွမ်းများ၊

၂၂၇။ ခေမကသေဋ္ဌိပုတ္တ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သၟ် သာဝတ္ထိပြည် စောဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သူများ သားမယားကို များစွာ ပြစ်မှားလေ့

၁၀၉။ စတ္တာရိ ဌာနာနိ နရော ပမတ္တော၊
အာပဇ္ဇတိ ပရဒါရူပသေဝီ။
အပ္ပညလာဘံ န နိကာမသေယံ၊
နိန္ဒံ ဟတိယံ နိရယံ စတုတ္ထံ။

အနက်-

ပမတ္တော၊ သတိလွတ်ကင်း မေ့လျော့ခြင်း ရှိသော၊ ပရဒါ-
ရူပသေဝီ၊ သူတပါးမယား၌ သွားလာတင့်ရဲ မှီဝဲလေ့ရှိသော။
နရော၊ လူသည်။ အပ္ပညလာဘံ၊ မဲညစ်ထဲသို့ အကုသိုလ်ကိုရခြင်း
သို့လည်းကောင်း။ န နိကာမသေယံ၊ အလိုရှိတိုင်း မအိပ်ရခြင်းသို့
လည်းကောင်း။ ဟတိယံ၊ သုံးခုမြောက်သော။ နိန္ဒံ၊ သူများ
အကဲ့ရဲ့ခံရခြင်းသို့လည်းကောင်း။ စတုတ္ထံ၊ လေးခုမြောက်သော။
နိရယံ၊ ချမ်းသာကင်းမွဲ ပါယ်ငရဲသို့လည်းကောင်း။ ဣတိ၊ ဤသို့။
စတ္တာရိ၊ လေးပါးကုန်သော။ ဌာနာနိ၊ ချမ်းသာ လွတ်ကင်း
ဆင်းရဲခြင်းအကြောင်းတို့သို့။ အာပဇ္ဇတိ၊ ရောက်ရ၏။

ရှိသော အနာထပိဏ် သဋ္ဌေး၏တူ မေဓကမည်သော သဋ္ဌေးသားကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “စတ္တပရိဋ္ဌာနနိ နရော ပမတ္တော” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

၃၂၉။ အပ္ပညလာဘော န ဂတိ စ ပါပိကာ၊
 ဘိဘဿ ဘိဘဿ ရဟိ စ ထောကိက။
 ရာဇာ စ ဒဏ္ဍံ ခုရံ ပဏေတိ၊
 တသ္မာ နရော ပရဒါရံ န သေဝေ။

အနက်—

အပ္ပညလာဘော စ၊ မကောင်းမှုကိုရခြင်းသည်လည်းကောင်း၊
 ပါပိကာ၊ ယုတ်မာသော - ဂတိ စ၊ ငရဲတည်းဟူသောလားကတိ
 ရှိသည် လည်းကောင်း၊ ဘိဘဿ၊ ကြောက်ရွံ့သောသောကျား၏။
 ဘိဘဿ၊ ကြောက်သောမိန်းမနှင့်။ ရဟိ၊ ခန္ဓလျော်ပျော်မြူး
 ခြင်းသည်။ ထောကိကာ စ၊ ပြောဖွယ် အနည်း ငယ်မျှ
 သည်လည်း။ ယသ္မာ၊ အကြံကြံကြံ၍ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။
 ရာဇာ စ၊ မင်းသည်လည်း။ ခုရံ ဒဏ္ဍံ လက်ဖြတ်ခြင်း အစ
 လေးလံလှသော နှစ်ကို။ ယသ္မာ၊ အကြံကြံ၍ ပဏေတိ၊
 ဖြစ်စေ၏။ တသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်။ နရော လူသည်၊ ပရဒါရံ၊
 သူတပါးမယားကို။ န သေဝေ၊ သွားလာယှဉ်တွဲမမီဝဲရာ။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၉။ သူများမယား	ပျော်ပါးသူများ
လေးပါးအပြစ်	မလစ်တွေ့မှာ၊
အကုသိုလ်စု	ရမှုမှန်စွာ၊
ပျော်ပျော်မှိတ်	မအိပ်စက်နိုင်ပါ၊
သူများမဲ့ရဲ့	ကဲ့ရဲ့ကြမှာ၊
ငရဲသို့	ရောက်ဖို့ ကောန်သာ။

309. Four misfortunes befall a careless man who commits adultery: acquisition of demerit, disturbed sleep, blame the third, and hell the fourth.

ကားပြေး ။ သူတပါး သားမယားကို ပြစ်မှား စော်ကားသော
 တွေဝေ မိုက်မဲသောသူသည် လေးပါးသော ဆင်းရဲခြင်း
 အကြောင်းတရားများသို့ကျရောက်တတ်သည်။ ၁။ အကုသိုလ်ရရှိခြင်း၊
 ၂။ အလိုရှိတိုင်း မအိပ်ရခြင်း၊ ၃။ သူများ အကဲ့ရဲ့ခံရခြင်း၊ ၄။ ငရဲ
 ခံရခြင်း။

misfortunes	ကံဆိုးရာဌာန (ဆင်းရဲခြင်း၏အကြောင်း)
befall	ကျရောက်သည်၊ ကြုံလေသည်
adultery	သူ့မယား၊ (သူ့လင်ခိုးခြင်း ကြာခိုခြင်း)
acquisition	ရရှိခြင်း၊ ဆည်းပူးခြင်း
demerit	အကုသိုလ်၊ အပြစ်အနာအဆာ
disturbed	နှောင့်ယှက်သည်

ပြန်မာကဗျာ

၃၁၀။ မကောင်းရခြင်း	လာခြင်းယုတ်မာ၊
ယောက်ျား မိန်းမ	ကြောက်ရနှင့်သာ၊
အနည်းငယ်မျှ	ပျော်ရ ရှိတာ၊
ကြီးလေးစစ်	မင်းပြစ်ခံရမှာ။
ထိုကြောင့်လူများ	မသွားလာရာ၊
သူတပါး	ယေးငယ်၌သာ။

310. There is also acquisition of demerit as well as evil destiny; brief is the joy of the frightened man and woman; the king imposes a heavy punishment; hence no man should frequent another's wife.

စကားပြေ။ ။မကောင်းမှု အကုသိုလ်ကိုလည်းရ၏။ ယုတ်မာသော လားရာဂတို့ရှိ၏။ ကြောက်လန့်တတ်သော ယောက်ျား နှင့် ကြောက်လန့်တတ်သော မိန်းမတို့၏ မွေ့လျော် ပျော်ပါးခြင်းသည် အနည်းငယ်မျှသာဖြစ်၏။ မင်းသည် ကြီးလေးသော အပြစ်ဒဏ်ကို ပေးစေ၏။ ထို့ကြောင့် ယောက်ျားသည် သူတပါးမယားကို မမှီဝဲရာ။

brief တစကမျှသာ၊ အနည်းငယ်သာ
imposes ချမှတ်ပေးသည်

၂၂၈။ ဒုပ္ပဝဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သီတင်းသုံးတော် ရဟန်းတို့ ဆုံးမသည့်ကို မနာ

၃၁၁။ ကုသော ယဃာ ဒုဂ္ဂဟိတော၊
ဟတ္ထမေဝါနု'ကန္တတိ။
သာမညံ ဒုပ္ပရာမဋ္ဌံ၊
နိရယာယု'ပကဇုတိ။

အနက်—

ဒုဂ္ဂဟိတော၊ မကောင်းသဖြင့် ကိုင်ယူအပ်သော။ ကုသော၊
အသွားထက်မြက် သမန်းမြက်စသည်သည်။ ဟတ္ထမေဝ၊ ကိုင်ယူ
ဆွဲချက် မိမိလက်ကိုသာလျှင်။ အနုကန္တတိ ယဃာ၊ စူးရှပိုင်းဖြတ်
သကဲ့သို့၊ တဏှာ၊ ထိုအတူ။ ဒုပ္ပရာမဋ္ဌံ၊ ကျိုးသောသီလ စသည်
ပြစ်ပေါင်း မကောင်းသဖြင့် သုံးသပ်အပ်သော။ သာမညံ၊
ရဟန်းအဖြစ်သည်။ နိရယာယ၊ ခရံ၍ ဖြစ်ခြင်းအကျိုးငှါ။
ဥပကဇုတိ၊ ကပ်ယူဆွဲငင်၏။

ယူပဲ သမန်းမြက်ကို နှုတ်သော ရဟန်းတပါးကို အကြောင်းပြု၍
 “ကုသော ယထာ ဒုဂ္ဂဟိတော” စသော သုံးဂါထာကို ဟောတော်
 မူသည်။

၃၁၅။ ယံ ကိဉ္စိ သိထိလံ ကမ္မံ၊
 သံကိလိဋ္ဌဉ္စ ယံ ဝတံ၊
 သင်္ကဿရံ ဗြဟ္မစရိယံ၊
 န တံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

အနက်—

သိထိလံ၊ ပေါ့လျော့စွာ။ ကတံ၊ ပြုအပ်သော။ ယံ ကိဉ္စိကမ္မံ၊
 အလုံးစုံသောအမှုသည်လည်းကောင်း၊ သံကိလိဋ္ဌဉ္စ၊ သိလညစ်ညူး
 စေတတ်သော အကျင့်သည်လည်းကောင်း၊ သင်္ကဿရံ၊ သီတင်း
 သုံးတော်တို့တွေးတော၍ အောက်မေ့အပ်သော။ ယံ ဗြဟ္မစရိယံ၊
 အကြင်သာသနာတော်ထမ်း ရဟန်းမြတ်အကျင့်သည်။ အတ္ထိ၊
 ရှိ၏။ တံ ဗြဟ္မစရိယံ၊ ထိုသာသနာတော်ထမ်း မြတ်ရဟန်းအကျင့်
 သည်။ မဟပ္ပလံ၊ ကြီးကျယ်ဖွံ့ဖြိုး အကျိုးရှိသည်။ န ဟောတိ၊
 မပြော။

မြန်မာကဗျာ

၃၁၁။ ကောင်းစွာကိုင်မှု	မပြုပါလျှင်၊
သမန်းမြက်က	လက်ရှုပ်သွင်း၊
မကောင်းသုံးသပ်	ကျိုးပြတ်ကျင့်လျှင်၊
ရဟန်းဖြစ်	ရောက်လစ် ငရဲခွင်။

311. Just as kusa grass wrongly grasped cuts the hand in-deed; even so the ascetic life wrongly handled drags one to hell.

စကားပြေ။ ။ မကောင်းသဖြင့် ကိုင်ယူအပ်သော အသွားထက်မြက်
သမန်းမြက်သည် ကိုင်ယူဆွဲသောလက်ကို စူးရှပိုင်း
ဖြတ်သကဲ့သို့ ထို့အတူ ကျိုးပြတ်သီလ စသည့်ဖြစ်ပေါင်း မကောင်း
သဖြင့် သုံးသပ်အပ်သော ရဟန်းဘဝသည် ငရဲသို့ဆွဲချတတ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၁၂။ ပေါ့လျော့စွာပြု	အမှုတဖြာ၊
ညစ်ညူးစွာနှော	ပြုသောကျင့်မှု၊
စိုးရိမ်စိတ်ရမ်း	ရဟန်းကျင့်မှု၊
အကျိုးကား	တိုးပွားမဖြစ်ပါ။

312. Any loose act, any corrupt vow, a dubious holy life, none of this is of great fruit.

စကားပြေ။ ။ ပေါ့လျော့စွာပြုလုပ်သော အမှုသည် လည်းကောင်း၊
သီလညစ်ညူးစေတတ်တော့ အကျင့်သည်လည်းကောင်း။
(သီတင်းသုံးဘော်တို့) တွေးတော၍ အောက်မေ့သော သူတော်အကျင့်
သည် လည်းကောင်း။ အကျိုးမမျှားချေ။

dubious	တွေးတော အောက်မေ့အပ်သော၊ ဇဝေဇဝါဖြစ်သော၊ စိတ်မပေးခွဲနှိပ်သော
holy life	သူတော်အကျင့် (မြတ်သောအကျင့်)ဘဝ

၃၁၃။ ကယိရာ စေ ကယိရာထေနံ၊
 ဒဠ္ဗမေနံ ပရက္ကမေ၊
 သိထိလော ဟိ ပရိဗ္ဗာဇော၊
 ဘိယျော အာကိရတေ ရဇံ။

အနက်—

နေ သာမညံ၊ ထိုရဟန်းအဖြစ်ကို။ စေ ကယိရာ၊ အကယ်၍
 ပြုလုပ်သည့်ဖြစ်အံ့။ ဧဝံ သတိ၊ ဤသို့ပြုသည်ရှိသော်။ ကယိရာဝ၊
 တင်းကျပ်ခိုင်မာ မြဲစွာပြုရသည်သာလျှင်တည်း။ နေ သာမညံ၊
 ထိုရဟန်းအဖြစ်ကို။ ဒဠ္ဗ၊ မြဲစွာ။ ပရက္ကမေ၊ လုံ့လပြုရာ၏။ ဟိ၊
 ထိုစကား သင့်စွာ။ သိထိလော၊ လုံ့လ ပေါ့ပေါ့ လျော့လျော့
 ပြုအပ်သော။ ပရိဗ္ဗာဇော၊ ရဟန်းအဖြစ်သည်။ (ရဟန်းတရား
 သည်။) ဘိယျော၊ လွန်စွာ။ ရဇံ၊ ကိုယ်တိုင်းထင်ရှား ဖြစ်ပွား
 ၀ကြံ ရာဂသေ၊ မြူကို။ အာကိရတေ၊ ပျံ့နှံ့စေတတ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၁၃။ ရဟန်းပြုလဲ	စွဲမြဲစွာနှော်၊
ကြိုးစားသွက်လက်	တိုးတက်ပြုနှော်၊
ပေါ့လျော့စိတ်ရမ်း	ရဟန်းဖြစ်သော်၊
ကိလေမြူ	တိုးထူ နွံကာပေါ့။

313. If aught should be done, let one do it; let one promote it steadily, for slack asceticism scatters dust all the more.

စကားပြေ။ ။ရဟန်းပြုလျှင် ထိထိရောက်ရောက် စွဲမြဲစွာ ပြုရာ၏။
 (ကုသိုလ်ပြုလျှင်လည်း ထိထိရောက်ရောက် စွဲမြဲစွာပြုလုပ်
 ရာ၏။) ပေါ့လျော့သောရဟန်းအဖြစ်သည် ကိလေသာမြူကို (များများ
 ကြိုး) ပျံ့နှံ့စေတတ်၏။

aught တစုံတခု (ကုသိုလ်ကောင်းမှု) (ရဟန်းပြုခြင်း)
 promote တိုးတက်စေသည်။

၂၂၉။ ဣဿပကတ ဣတ္ထိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဗေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မိန်းမတယောက်သည် မိမိလင်နှင့် ယဉ်ပါး
သော ကျွန်မကို ငြူစုသောကြောင့် နား၊ နှာခေါင်းကို ဖြတ်လျက်
မိမိအမှုကို ဖုံးလွှမ်းခြင်းငှါ အိမ်တွင်း၌ ချည်ထားခဲ့၍ တံခါးပိတ်ပြီး
သော် လင်နှင့်တကွ ကျောင်းတော်သို့လာ၍ တရားနာလျက်နေ၏။
ညွှန်သည်တို့သည် ကျွန်မကို သနားသောကြောင့် ဖြေ၍ လွှတ်လိုက်၏။
ကျွန်မသည် ကျောင်းတော်သို့လာ၍ ပရိသတ်အလယ်၌ ဤအကြောင်း
ကို လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် လိုသမီးခင်ပွန်းနှစ်ယောက်ကို ဆုံးမ

၃၁၄။ အကတံ ဒုက္ကဋ္ဌံ သေယျော၊
ပစ္ဆာ တပ္ပတိ ဒုက္ကဋ္ဌံ။
ကတဉ္စ သုကတံ သေယျော၊
ယံ ကတော နာနုတပ္ပတိ။

အနက်—

ဒုက္ကဋ္ဌံ၊ အပြစ်ရှိကြောင်း မကောင်းသဖြင့် ပြုလုပ်အပ်သော
အမှုကို။ အကတံ၊ မပြုလုပ်ခြင်းသည်သာလျှင်။ သေယျော၊
အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းအပ် မြတ်လှပေ၏။ ဒုက္ကဋ္ဌံ၊ မကောင်းမှုကို
ပြုခြင်းသည်။ ပစ္ဆာ တပ္ပတိ၊ နောင်တ တဖန် ပူပန်စေတတ်၏။
ယံ ကမ္မံ၊ အကြင်အမှုကို။ ကတော၊ ပြုမိသောကြောင့်။ နာနုတပ္ပတိ၊
နောင်တ တဖန် မပူပန်ရပေ။ သုကတံ၊ အပြစ်ကင်းရာ ကောင်း
စွာ ပြုအပ်သော။ တံ ကမ္မံ၊ ထိုအမှုကို။ ကတဉ္စ၊ ပြုခြင်းသည်လည်း။
သေယျော၊ ချီးမွမ်းအပ်သဖြင့် မြတ်တော့သည် သာလျှင်တည်း။

စော်မူခြင်းငှါ “ အကတံ ဒုက္ကဋ္ဌံ သေယျော ” စသော ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၁၄။	မကောင်းအမှု	မပြုမြတ်သည်၊
	မကောင်း ပြုက	နောင်တ ပူသည်၊
	ကောင်းမှု ပြုက	မြတ်လှပါသည်၊
	နောင်တဖန်	ပူပန်မရှိပြီ။

314. An evil deed is better not done; a misdeed hereafter torments one; better it is to do a good deed, after doing which one does not grieve.

စကားပြေ။ မကောင်းသောအမှုကို မပြုပဲ ရှောင်ကြဉ်ခြင်းသည်သာ
အထူးသဖြင့် ချီးမွမ်းအပ် မြတ်လှပေ၏။ မကောင်းမှု
ပြုမိသည့်အတွက် နောင်တဖန် ပူပန်စေတတ်၏။ ကောင်းသောအမှုကို
ပြုခြင်းသည် သာ၍မြတ်လှ၏။ ထိုကောင်းမှုကုသိုလ် ပြုခြင်းသည်
နောင်တ၊ တဖန်မပူပန်ရတော့ပေ။

၂၃၀။ သမ္မဟုလ ဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ များစွာသော အာဂန္တု ရဟန်းတို့ကို ချမ်းသာ
စွာ နေကြ၏လောဟုမေးတော်မူလတ်သော်၊ ဗုဒ္ဓရှင်ဘုရား ဆွမ်းခံရွာ၌
ခိုးသူ ခြေ ဘေးကြောင့် (ခြံစည်းရိုး)ကို ရွာသားတို့ လုပ်နေကြရ၍

၃၀၅။ နဂရံ ယထာ ပစ္စန္တံ၊
ဂုတ္တံ သန္တရဗာဟိရံ၊
ဝေ ဂေါပေထ အတ္တာနံ၊
ခဏော ဝေါ မာ ဥပစွဂါ၊
ခဏာတိတာ ဟိ သောစန္တိ၊
နိရယမိ သမပ္ပိတာ။

အနက်—

ပစ္စန္တံ၊ တိုင်းစွန့်ပြည်နား၌ဖြစ်သော။ နဂရံ၊ မြို့ရွာကို။ သန္တ-
ရဗာဟိရံ၊ မြို့တွင်း မြို့ပကျော်ရအောင်။ ဂုတ္တံ ယထာ၊ လုံခြုံစွာ
စောင့်ရှောက်အပ်သကဲ့သို့။ ဝေ တထာ၊ သို့အတူ၊ အတ္တာနံ၊
ကိလေသာခိုးသူ ထူပြောလှသော မိမိခန္ဓာ တောမြို့ရွာကို။
သန္တရဗာဟိရံ၊ အတွင်းအာယတန အပြင်အာယတနနှင့်တကွ။
ဂေါပေထ၊ လုံခြုံအောင် စောင့်ရှောက်ကြကုန်လော။ ခဏော၊
မဂ်ဖိုလ်ရဖွယ် အခွင့်လွယ်လှသော ဘုရားဖြစ်ရာ ခေတ်အခါသည်။
ဝေါ၊ သင်တို့အား။ မာ ဥပစွဂါ၊ ကုန်လွန်ကွယ်ပျောက်၍
မသွားပါစေလင့်။ ဟိသစ္စံ၊ တိုက်တွန်းသင့်ပေစွ။ ခဏာတိတာ၊
မဂ်ဖိုလ်ရခွင့်ကိုလွန်ကုန်သော သတ္တဝါတို့သည်။ နိရယမိ၊ အပါယ်
ငရဲ ဝဋ်ဆင်းရဲ၌။ သမပ္ပိတာ၊ ဖြစ်ကုန်သည်ဖြစ်၍၊ သောစန္တိ၊
ရှည်ကြာကာလ စိုးရိမ်ကြလေကုန်သတည်း။

ဆွမ်း ပန်းတို့ကို အားမထုတ်နိုင်ရကား မချမ်းသာကြပါဟု ရဟန်းတို့
လျှောက်ရာတွင် ထိုရဟန်းတို့ကို ဆုံးမတော်မူခြင်းငှါ “နဂရံ ယထာ
ပစ္စန္တံ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုရဟန်း တို့သည်
အရဟတ္တဖိုလ်၌ တည်လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၁၅။ တိုင်းစွန်ပြည်နား	တည်ထားမြို့ရွာ၊
အတွင်းအပ	စောင့်ရ ကောင်းစွာ၊
ထိပုံအလား	ကိုယ်အား စောင့်ပါ၊
ဘုရားပွင့်	ချိန်လင့်မကုန်ရာ။
ပွင့်ခေတ်ကာလ	ဖြန်းကြသူမှ၊
ငရဲကျ	ပူရ ကြာမြင့်စွာ။

315. Like a border city, guarded within and without,
so guard yourself; surely, do not let slip this opportunity,
for they who let slip the opportunity grieve when born
in hell.

စကားပြေ။ ။တိုင်းစွန်ပြည်နား၌ ဖြစ်သော မြို့ရွာကို အတွင်းအပြင်
လုံခြုံစွာစောင့်ရှောက်သကဲ့သို့ ထိုအတူ မိမိခန္ဓာ ဟောမြို့
ရွာကို (အတွင်းဖြစ်သော မျက်စိ၊ နားစသည်ကို အပြင်ဖြစ်သော အဆင်း
အသံ စသည်နှင့်တကွ လုံခြုံစွာ) စောင့်ရှောက်ကြကုန်လော့။ ဤမဂ်ဖိုလ်
ရဖွယ် အခွင့်လွယ်လှသော ဘုရားဖြစ်ရာ (အခွင့်ကောင်း) ခေတ်အခါ
သည် ကုန်လွန် ကွယ်ပျောက်၍ မသွားပါစေလင့်။ ထိုအခွင့်ကောင်းကို
ကုန်လွန်စေသော သူတို့သည် အပါယ်ငရဲသို့ ကျရောက်ကာ စိုးရိမ်
သောက ဖြစ်ကြရကုန်၏။

border city

နယ်စပ်မြို့

opportunity

အခွင့်ကောင်း

slip

လွတ်သွားသည်၊ ရှောင်တိမ်းသည်

၂၃၁။ နိဂဏ္ဌ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အချင်းခပ်သိမ်း အဝတ်မှဝတ်သော အစေလက

၃၁၆။ အလဇ္ဇိတာ ယေ လဇ္ဇန္တိ၊
လဇ္ဇိတာ ယေ န လဇ္ဇဓရ။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊
သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ ဒုဂ္ဂတိ*။

အနက်—

ယေ သတ္တာ၊ အကြင်သတ္တဝါတို့သည်။ အလဇ္ဇိတာ အလဇ္ဇိ-
တာယ၊ ရှက်ဖွယ်မဟုတ်ရာ၌။ လဇ္ဇန္တိ၊ ရှက်တတ်ကုန်၏။ ယေ
သတ္တာ၊ အကြင် သတ္တဝါတို့သည်။ လဇ္ဇိတာ၊ လဇ္ဇိတာယ၊ ရှက်ဖွယ်
ဟုတ်သောအရာ၌။ န လဇ္ဇဓရ၊ မရှက်တတ်ကြလေကုန်။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ-
သမာဒါနာ၊ မှားသောအယူကို ဆောက်တည် စွဲယူကုန်သော။
တေ သတ္တာ၊ ထိုသတ္တဝါတို့သည်။ ဒုဂ္ဂတိ*၊ အပါယ်လေးဝ ဒုဂ္ဂတိ
ဘဝသို့။ ဂစ္ဆန္တိ။ သွားကြရလေကုန်သတည်း။

တက္ကတုန်း ရှေ့အဖို့ကသာ (အရှက်လုံရုံ) အဝတ် ဝတ်သော နိဂဏ္ဌ
တက္ကတုန်းတို့ကို အကြောင်းပြု၍ “အလဇ္ဇိကာ ယေ အလဇ္ဇန္တိ” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထို ဂါထာ၏အဆုံး၌ နိဂဏ္ဌတက္ကတုန်း
များစွာတို့သည် သံဝေဂရ၍ ရဟန်းပြုလေကုန်၏။

၃၁၇။ အဘယေ ဘယဒဿိနော၊
ဘယေ စဘယဒဿိနော။
မိစ္ဆဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊
သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ ဒုဂ္ဂတိံ ။

အနက်—

ယေ သတ္တာ၊ အကြင်သတ္တဝါတို့သည်။ အဘယေ၊ ဘေးမဟုတ်
သည်၌။ ဘယဒဿိနော၊ ဘေးဟုလှလေ့ရှိကုန်၏။ ဘယေ စ၊
ဘေး ဟုတ်သည်၌လည်း။ အဘယဒဿိနော၊ ဘေးမဟုတ်ဟု
လှလေ့ရှိကုန်၏။ မိစ္ဆဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ မှားသော အယူကို
ဆောက်တည်စွဲယူကုန်သော။ ဟေ သတ္တာ၊ ထိုသတ္တဝါတို့သည်။
ဒုဂ္ဂတိံ၊ မကောင်းသော ဂတိသို့။ ဝါ၊ အပါယ်လေးဝ ဒုဂ္ဂတိ
ဘဝသို့။ ဂစ္ဆန္တိ၊ သွားကြရလေကုန်သကည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၁၆။ မရှက်ဖွယ်၌ ရှက်လိုက်ဖုံဖုံ၊
 ရှက်ဖွယ်ဖြစ်လျက် မရှက်ကြကုန်၊
 မှားသောအယူ ရှိသူများတုံး၊
 မကောင်းရာ သွားကာ ရောက်ရကုန်။

316. Beings who are ashamed of what is not shameful, and are not ashamed of what is shameful, embrace false views and go to a woeful state.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သတ္တဝါတို့သည် ရှက်ဖွယ်မဟုတ်ရာ၌ ရှက်တတ်ကုန်၏။ ရှက်ဖွယ်ဟုတ်ရာ၌ မရှက်ကြကုန်သော မှားသောအယူရှိသော ထိုသတ္တဝါတို့သည် မကောင်းသော ဂတိသို့သွားကြရကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၁၇။ ဘေးမဟုတ်လစ် ဘေးဖြစ်ရှုကုန်၊
 ဘေးဟုတ်နေက ဘေးမရှုကုန်၊
 မှားသောအယူ ရှိသူများတုံး၊
 မကောင်းရာ သွားကာ ရောက်ရကုန်။

317. Beings who see fear in what is not to be feared, and see no fear in the fearsome, embrace false views and go to a woeful state.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သတ္တဝါတို့သည် ဘေးမဟုတ်သည်၌ ဘေးဟုရှုကုန်၏။ ဘေးဟုတ်သည်၌ ဘေးမဟုတ်ဟုရှုကုန်သော မှားသောအယူရှိသော ထိုသတ္တဝါတို့သည် မကောင်းသော ဂတိသို့သွားကြရကုန်၏။

ashamed	ရှက်ကြောက်သော
embrace	ယုံကြည်မှီတွယ်သည်
woeful	ပူနံခြင်းချစ်ရိုးသော
to a woeful state	ဒုဂ္ဂတိဘဝသို့ (မကောင်းသော ဂတိသို့)

၁၉။ တိတ္ထိယသာဝက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ တိတ္ထိတို့၏ တပည့်ဖြစ်သောသူငယ်တို့ကို ဆုံးမ

၃၁၈။ အဝဇ္ဇေ ဝဇ္ဇမတိနော၊
ဝဇ္ဇေစာဝဇ္ဇမဿိနော။
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊
သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ ဒုဂ္ဂတိ'။

အနက်-

ယေ သတ္တာ၊ အကြင်သတ္တဝါတို့သည်၊ အဝဇ္ဇေ၊ သမ္မာဒိဋ္ဌိ
မီရှိကြောင်းဖြစ် အပြစ်မရှိသော တရား၌။ ဝဇ္ဇေစာ၊ အပြစ်
ရှိ၏ဟူသော စိတ်သည် ဖြစ်ကုန်၏။ ဝဇ္ဇေစ၊ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ မှီရှိအပြစ်
အပြစ်ရှိကုန်သောတရားတို့၌လည်း။ အဝဇ္ဇေဒဿိနော၊ အပြစ်မရှိဟု
ရှုလေ့ရှိကုန်၏။ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ မှားသောအယူကို စွဲယူ
ဆောက်တည်ကုန်သော။ တေ သတ္တာ၊ ထိုသတ္တဝါတို့သည်။
ဒုဂ္ဂတိ'၊ ငရဲအစ လေးဝပြားရှိ ဒုဂ္ဂတိဘဝသို့။ ဂစ္ဆန္တိ၊
လားရောက်ကြရ လေကုန်သတည်း။

တော်မူခြင်းငှါ “ အဝဇ္ဇေ ဝဇ္ဇမတိနော ” စသောနှစ်ဂါထာကို ဟော
တော်မူသည်။ တိတ္ထိတပည့်တို့သည် သရဏဂုံတည်လေကုန်၏။

၃၁၈။ ဝဇ္ဇေ ဝဇ္ဇတော ဥတု၊
အဝဇ္ဇေ အဝဇ္ဇတော။
သမ္မာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊
သတ္တာ ဂစ္ဆန္တိ သုဂ္ဂတိ။

အနက်—

ဝဇ္ဇေ၊ အပြစ်ရှိသော တရားကိုလည်း။ ဝဇ္ဇတော၊ အပြစ်
ရှိသောအားဖြင့်။ ဥတု၊ သိ၍။ အဝဇ္ဇေ၊ အပြစ်မရှိသောတရား
ကိုလည်း။ အဝဇ္ဇတော၊ အပြစ်မရှိသောအားဖြင့်။ ဥတု၊ သိ၍။
သမ္မာဒိဋ္ဌိသမာဒါနာ၊ ပြောင်မတ်သောအယူကို စွဲယူ ဆောက်
တည်ကုန်သော။ တေ သတ္တာ၊ ထိုသတ္တဝါတို့သည်။ သုဂ္ဂတိ၊
ကောင်းသောဂတိသို့။ ဂစ္ဆန္တိ၊ လားရောက်ကြရလေကုန်သတည်း။

ပြန်မာကဗျာ

၃၁၈။	ပြစ်မဟုတ်ပဲ	ပြစ်ပဲမှတ်ဟူ၊
	အပြစ်ဖြစ်လျက်	ပြစ်ဘက်မယူ၊
	မှားသောအယူ	ရှိသူတို့မှ၊
	မကောင်းရာ	သွားကာရောက်ရဟူ။

318. Beings who imagine wrong in the faultless and view no wrong in what is wrong, embrace false views and go to a woeful state.

စကားပြေ။ ။ အပြစ်မရှိသောဟုဆည်း အပြစ်ရှိသောဟုထင်မှတ်
၍ အပြစ်ရှိသောတရားကို အပြစ်မရှိဟုမှတ်ကာ မှား
သော အယူတို့ကို စွဲယူကုန်သော သတ္တဝါတို့သည် မကောင်းသောဂတိ
သို့ သွားကြရကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၁၉။ အပြစ်စင်စစ် အပြစ်သာယူ၊
ပြစ်မဟုတ်က မဟုတ်သာယူ၊
အသိသဘော မှန်သောအယူ၊
ရှိသူများ ရောက်ငြား ကောင်းရာဟူ။

319. Beings knowing wrong as wrong and what is right as right, embrace right views and go to a blissful state.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သတ္တဝါတို့သည် အပြစ်ကို အပြစ်ဟုသိ၍ (အ
မှားကို အမှားဟုသိ၍) အမှန်ကို အမှန်အတိုင်းသိကာ
မှန်သောအယူတို့ကိုစွဲယူကြ၍ ကောင်းသောဂတိသို့ သွားကြရကုန်၏။

နိရယဝဂ်- ငရဲအုပ်စုပြီး၏။

wrong	အမှား (အပြစ်)
right	အမှန် (အပြစ်မဟုတ်)
right views	သမ္မာဒိဋ္ဌိ၊ မှန်သောအယူ

ဗုဒ္ဓဂီတိက

အခန်း ၂၃။

နာဂဝဂ်-ဆင်အုပ်စု

၂၃၃။ အတ္တဒန္တဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်ဟော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဘုရားရှင်ကို ရန်ငြိုးဖွဲ့သော မာဂဏ္ဍိမိဖုရား

၂၂၀။ အဟံ နာဂဝဂ် သင်္ဂါမေ၊
စာပဟော ပတိတံ သရံ၊
အတိဝါကျံ တိတိက္ခိယံ၊
ဒုဿိလော ဟိ ဗဟုဇ္ဇနော။

အနက် -

နာဂဝဂ်၊ ရှင်ဘုရင် သမုထိး အသွင်အပြင် ရှုမငြီးအောင်
တက်စီးတော်မူသည့် မင်းစီးဆင်တော်ကြီးသည်။ သင်္ဂါမေ၊
သုနိုင်ငါနိုင် စစ်မျက်နှာဆိုင်ပြိုင်သည့် အနိုင်လူအပြိုင်ထူ စစ်ပြု
သည့် တိုက်ပွဲကြီး၌။ စာပဟော၊ လေးဖြင့်ပစ်ခတ်၍။ ပတိတံ၊
မပြတ်မလပ် ထရစ်ကျ၍ ကျ၍ လာသော။ သရံ၊ မြားကို။
တိတိက္ခိယံ၊ မတုန်မလှုပ် မှန်တုန်တုန်ကုပ်ပြီး နောက်မဆုတ်
မြဲပြန် ကြံကြံကြီး ခံလေသကဲ့သို့။ တထာ၊ ထိုနည်းခြား အလား
တူစွာ။ အဟံ၊ သုံးလောကထွဋ်ထား အောင်တော်မူ ငါဘုရား
သည်။ အတိဝါကျံ၊ လောကဉ္စလူ အသုသုတို့ ငြူစူစောင်း
မြောင်း မကောင်းစွက်စွဲ ဆဲရေးချက်စကားလွန်ကို။ တိတိက္ခိယံ၊
အပန်းမကြီး နှုတ်မငြိုးပဲ သည်းခံအေးတော့အံ့။ ဟိ၊ အကြောင်း
ကား။ ဗဟုဇ္ဇနော၊ များဖြင့်ကောင်းသောင်း လူအပေါင်းသည်။
ဒုဿိလော၊ အမြင့်စခန်း အကျင့်လမ်း၌ ဆင့်တန်းမရှိ ကောင်း
မျိုးမစုဟုနှိုးမျှမို့ သိလဟင်းမဲ့သူချည်းသာတည်း။

သည် တံစိုးပေး၍ တိုက်တုန်းအပ်သော တိတ္ထိတို့က ဘုရားရှင်ကို
အစဉ်လိုက်၍ ဆဲရေးကြလေသော် အရှင်အာနန္ဒာသည် အရှင်ဘုရား
အခြားတိုင်းပြည်သို့ ကြွတော်မူပါ။ ဤပြည်မှာ ဆဲရေးလှသည်ဟု
လျှောက်ရာ ချစ်သားအာနန္ဒာ....ဆင်ပြောင်ကြီးသည် အပေါ်လေးမျက်
နှာမှလာသော မြွေလှံတို့ကို သည်းခံသကဲ့သို့ သိလက် သူ(ဒုဿိလ)

၃၂၁။ ဒန္တံ နယန္တိ သမိတိံ၊
ဒန္တံ ရာဇာ'ဘိရူဟတိ။
ဒမန္တာ သေဋ္ဌော မနုဿေသု၊
ဟော'တိဝါကျံ တိတိက္ခတိ။

အနက်

သမိတိံ ၊ လူလူလူတို့ရာ ပွဲသဘင်သို့။ ဒန္တံ ၊ ယဉ်ကျေးသော
ဆင်မြင်းစသည်ကိုသာ။ နယန္တိ ၊ ယူဆောင်ကြကုန်၏။ ဒန္တံ ၊ ယဉ်
ကျေးသော ဆင်မြင်းကိုသာ။ ရာဇာ ၊ မင်းသည်။ အဘိရူဟတိ ၊
စီးတော်မူ၏။ သေဋ္ဌော ၊ အကြင်သူသည်။ အတိဝါကျံ ၊ လွန်ကျူး
စော်ကား ရှုတ်ချတတ်သောစကားကို။ တိတိက္ခတိ ၊ သည်းခံ
နိုင်၏။ ဒမန္တာ ၊ ယဉ်ကျေးသော။ သေဋ္ဌော ၊ ထိုသူသည်။ မနုဿေသု ၊
လူတို့တွင်။ သေဋ္ဌော ၊ ချီးမွမ်းအပ် မြတ်လှပေသတည်း။

မြန်မာဗျာ

၃၂၁။ စီးလော်ဆင်ငင်း	စစ်ခင်းမြေပယ်၊
လေးပစ်မြင်းမှန်	သည်းခံပုံနယ်၊
ငါးလှော်အောင်ပွား	လွန်ကျူးသံကြွယ်၊
သည်းခံငြား	လူများ ကျင့်ပျက်တယ်။

တို့၏ ဆဲဆိုရေရွတ်ခြင်းကို သည်းခံခြင်းသည် ငါဘုရား၏ တာဝန်သာ
တည်းဟု မိန့်တော်မူ၍ “အဟံ နာဂေါ သင်္ဂါမေ” စသော
သုံးဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

320. As an elephant in the battlefield withstands the
arrows shot from a bow, even so will I endure abuse ;
verily most people are undisciplined.

စကားပြေ။ ။ မင်းစီး ဆင်တော်ကြီးသည် စစ်မြေပြင်၌ လေးမှပစ်ခတ်
၍ ကျလာသောမြှားတို့ကို မတုန်မလှုပ် သည်းခံသကဲ့သို့
ထိုအတူ ငါဘုရားသည် လွန်ကျူးသံကြွယ် ချုပ်ချယ်ကဲ့ရဲ့သောစကားကို
သည်းခံတော့အံ့။ အမှန်အားဖြင့် လောကီဘုံသား လူအများတို့သည်
အကျင့်ပျက်ပြား ဒုဿီလတို့ သာတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၂၁။ ယဉ်သောဆင်မြင်း	ဆောင်ခြင်းလှပုံ၊
ထိုဆင်ယဉ်အား	မင်းများစီးကုန်၊
ယဉ်ကျေးမြတ်ထား	လူများအစုံ၊
စကားလွန်	သည်းခံ လူတို့လုတ်။

321. They lead the trained (horses or elephants) to
an assembly. The king mounts the trained ; best among
men are the trained who endure abuse.

စကားပြေ။ ။ လူစုလူဝေးရှိရာ ပွဲလမ်းဘက်သို့ ယဉ်ကျေးသော ဆင်မြင်း
စသည်ကိုသာ လူတို့သည် ဆောင်ယူလေ့ရှိကုန်၏။ ယဉ်
ကျေးသော ဆင်မြင်းကိုသာ ဘုရင်မင်းမြတ်သည် စီးလေ့ရှိ၏။ လွန်ကျူး
စော်ကား ဆဲဆိုသောစကားကို သည်းခံလေ့ရှိသော ယဉ်ကျေးသိမ်မွေ့
သော သူသည်သာ လူတို့တွင် အမြော်ဆုံးဖြစ်၏။

၃၂၂။ ဝရမဿတရာ ဒန္တော၊
 အာဇာနိယာ စ သိန္ဓဝါ။
 ကုဉ္ဇရာ စ မဟာနာဂါ၊
 အတ္တဒန္တော တတော ဝရံ။

အနက်

ဒန္တော၊ ယဉ်ကျေးကုန်သော။ အဿတရာ စ၊ အဿတိုရ်မြင်းတို့
 သည်လည်းကောင်း။ အာဇာနိယာ စ၊ အာဇာနည်မြင်းတို့သည်
 လည်းကောင်း။ သိန္ဓဝါ စ၊ သိန္ဓောမြင်းတို့သည်လည်းကောင်း။
 ကုဉ္ဇရာ၊ ကုဉ္ဇရမည်ကုန်သော။ မဟာနာဂါ စ၊ ဆင်ပြောင်ကြီး
 တို့သည်လည်းကောင်း။ ဝရံ၊ ယဉ်ကျေးလှသဖြင့်ကောင်းမြတ်ကုန်
 ၏။ အတ္တဒန္တော၊ ယဉ်ကျေးသော ကိုယ်စိတ်ရှိသော သူသည်။
 တတော၊ ထိုယဉ်ကျေးသော ဆင်ကောင်းမြင်းကောင်းတို့ထက်။
 ဝရံ၊ ဆထက်ကဲ၍ မြတ်လှပေသတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၂၂။ ယဉ်သောမြင်းလှ	အဿတိုရ်ပါ၊
အာဇာနည်မနှာ	သိန္ဓောမြင်းပါ။
ဆင်ပြောင်ကြီးများ	ယဉ်ပါးမြတ်ပါး
တို့ထက်မြတ်	ယဉ်လတ်ကိုယ်စိတ်သာ။

322. Excellent are trained mules, so are thoroughbreds of Sindh and noble elephants, the tusked; but far more excellent is he that trains himself.

စကားပြေ။ ။ ယဉ်ကျေးသော အဿတိုရ်မြင်း၊ အာဇာနည်မြင်း၊ သိန္ဓော
 မြင်း၊ ကုဉ္ဇရမည်သော ဆင်ပြောင်ကြီးတို့သည် ယဉ်ကျေး
 ၍ကောင်းမြတ်ကုန်၏။ ယဉ်ကျေးသော ကိုယ်စိတ်ရှိသောသူသည် (ထို ယဉ်
 ကျေးသော ဆင်ကောင်း မြင်းကောင်းထက် သာလွန်မြတ်လှပေ၏။)

mules

အဿတိုရ်မြင်းများ (လားများ)

၂၃၄။ ဟတ္ထာစရိယပုဗ္ဗကဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ ဆင်ဆရာလုပ်ခဲ့ဘူးသော ရဟန်းကြီးတယောက် သည် အစီရဝတီမြစ်နား၌ ဆင်ကို ယဉ်ကျေးအောင် ဆုံးမသော ဆင် ဆရာတယောက်ကိုမြင်၍ ဤအရပ်၌ ထိုးသည့်ရှိသော် ယဉ်ကျေးရာ ၏ဟုဆို၏။ ထိုစကားကို ကြား၍ ဆိုတိုင်းပြုရာတွင်မှ ဆင်သည် ယဉ် ကျေး၏။ ဤအကြောင်းကို ဘုရားရှင်အား ရဟန်းတို့လျှောက်ရာတွင်

၃၂၃။ န ဟိ ဇေတဟိ ယာနေဟိ။
ဂစ္ဆေယျ အဂတံ ဒိသံ။
ယထာ'တ္တနာ သုဒန္တေန၊
ဒန္တော ဒန္တေန ဂစ္ဆတိ။

အနက်—

သုဒန္တေန၊ ကောင်းစွာဆုံးမအပ်သည်ဖြစ်၍ ယဉ်ကျေးသော။
အတ္တနာ၊ ကိုယ်ဖြင့်။ အဂတံ၊ အိပ်မက်တွင်မျှ မရောက်ရဘူး
သော။ ဒိသံ၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသော အရပ်သို့။ ဂစ္ဆေယျ ယထာ၊
သွားရောက်ရသကဲ့သို့။ ဧဝံ တထာ၊ ထိုအတူ။ ယာနိ ယာနာနိ၊
အကြင်ဆင်ယာဉ်အစရှိသည်တို့သည်။ သန္တိ၊ ရှိကုန်၏။ ဇေတဟိ
ယာနေဟိ၊ ထိုဆင်ယာဉ်စသည် တို့ဖြင့်။ အဂတံ၊ မရောက်ရဘူး
သော။ ဒိသံ၊ နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသောအရပ်သို့။ န ဟိ ဂစ္ဆေယျ၊
မရောက်နိုင် သည်သာလျှင်တည်း။ ဒန္တော၊ ယဉ်ကျေးလေဘိ
ပညာရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဒန္တေန၊ အရိယာမဂ် ပွားတက်ခွင့်
ပေး ယဉ်ကျေးသဖြင့်။ အဂတံ၊ မရောက်ရဘူးသော။ ဒိသံ၊
နိဗ္ဗာန်တည်းဟူသောအရပ်သို့။ ဂစ္ဆတိ၊ သွားရောက်ရ၏။

ရဟန်းတို့... ဤယဉ်ကျေးသော ဆင်ယာဉ် မြင်းယာဉ်တို့ဖြင့် မရောက်
ဘူးသော နိဗ္ဗာန်သို့ရောက်နိုင်သည့်မဟုတ်။ မိမိကိုယ် ယဉ်ကျေးမှုသာ
ရောက်နိုင်မည်ဟု ဆင်ဆရာလုပ်ဘူးသော ရဟန်းကို ကဲ့ရဲ့တော်မူ၍
“န ဟိ ဇေတဟိ ယာနေဟိ” ဖသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၂၃။ ဆင်မြင်းရထား	ယာဉ်များဖြင့်သာ၊
နိဗ္ဗာန်ရပ်ပေါက်	မရောက်နိုင်ပါ၊
မိမိကိုယ်ပ	ဆုံးမသူမူ၊
ယဉ်ကျေးခြင်း	ကပ်ချဉ်း နိဗ္ဗာန်သာ။

323. Surely never by those vehicles would one go to the untrodden land (*Nibbāna*), as does one who is controlled through his subdued and well-trained self.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူတယောက်သည် ထိုဆင် မြင်း ယာဉ်တို့ဖြင့်
(အိပ်မက်တွင်မူ) မရောက်ရဘူးသော နိဗ္ဗာန်တည်းဟူ
သော ကျွန်းသာယာသို့ သွားရောက်ရန် လုံးဝမဖြစ်နိုင်သည် သာတည်း။
မိမိကိုယ်စိတ်ကို ကောင်းစွာဆုံးမပြီး၍ ယဉ်ကျေးမှုရှိသော သူတယောက်
သာ ထိုနိဗ္ဗာန်အောင်မြေသို့ သွားရောက်နိုင်သောကြောင့်ပင်တည်း။

၂၃၅။ မရိဇိန္ဒြာ ခြာဟန္တ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ ဥစ္စာရှစ်သိန်းရှိသော ပုဏ္ဏားအိုတယောက်သည် သားလေးယောက်တို့အား ဥစ္စာနှစ်သိန်းစီပေး၍ ဥစ္စာကုန်သောအခါ သား သမီးတို့ပြန်၍မကြည့် ဝတ်စာမဲ့ စားစာမဲ့ ခွက်လက်စွဲ၍ တောင်း စားရရှာလေ၏။ ထိုပုဏ္ဏားသည် ဘုရားရှင်ထံ လာပြီးသော် မိမိ၏ အဖြစ်သနစ်ကို လျှောက်၏။ ဘုရားရှင်လည်း ပုဏ္ဏားတို့ အစည်းအဝေး ပွဲ သဘင်၌ “ ယေဟိ ဇာတေဟိ နန္ဒိယံ ” စသော ဂါထာသီချင်းကို သီဆိုလေတော့ဟု သီချင်းဂါထာကို သင်ပေးလိုက်၏။ ပုဏ္ဏားလည်း

၂၂၄။ ဓနပါလော နာမ ကုဉ္ဇရော၊
ကဋ္ဌုကဘေဒနော ဒုန္နိဝါရယော။
ဗဒ္ဓေါ ကဗဠံ န ဘုဉ္ဇတိ၊
သုမရတိ နာဂဝနဿ ကုဉ္ဇရော။

မာနကံ—

ကဋ္ဌုကဘေဒနော၊ ပြင်းထန်သောမုန်ရှိသော။ ဒုန္နိဝါရယော၊ ထိန်းချုပ်ထားရန်ခဲတည်းသော။ ဗဒ္ဓေါ၊ အနှောင်အဖွဲ့ခံရသော။ ဓနပါလော နာမ၊ ဓနပါလအမည်ရှိသော။ ကုဉ္ဇရော၊ (မိခင်ကို လုပ်ကျွေးသော) ဆင်မင်းသည်။ ကဗဠံ၊ မျှလောက်ရုံမျှ အစာ အာဟာရကို။ န ဘုဉ္ဇတိ၊ မျက်စိမမြင် မိခင်ဆင်မအား ပူပန် ကြောင့်ကြသောအားဖြင့် မစားနိုင်တော့သည်သာလျှင်တည်း။ ကုဉ္ဇရော၊ ဆင်မင်းသည်။ နာဂဝနဿ၊ မျက်စိမမြင် မိခင်ဆင်မ ၏ စံမွေ့ရှင်ပျော် ကံတော်တော် ကိုသာလျှင်။ သုမရတိ၊ မိခင် ကို ပြုစု ချွတ်ယွင်းမှုကို စေ့ငုသေချာ ကောင်းစွာ အောက်မေ့ တော့သည် သာလျှင်တည်း။

မိန့်တော်မူတိုင်း သီဆိုလေသော် သား လေးယောက်တို့သည် အဘ
ပုဏ္ဏားကို ရိုသေစွာလုပ်ကျွေးပြုစုကြ၏။ သားအကြီး မင်္ဂလာပြုသော
နေ့၌ သံသာတော်ငါးရာနှင့်တကွ ဘုရားရှင်ကိုပင့်၍ ဆွမ်းကျွေး၏။
ဘုရားရှင်သည် မိဘတို့အား လုပ်ကျွေးအပ်သော အဖြစ်ကို ပြခြင်းငှါ
အမိလုပ်ကျွေးသော “မာတုပေါသာထ” ဆင်မင်းဇာတ်ကို ဟော
တော်မူပြီး၍ “နေပါလော နာမ ကုဉ္ဇရော” စသော ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။ သား လေးယောက် ချွေးမလေးယောက်နှင့်တကွ
ပုဏ္ဏားသည် သောတာပန်တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၂၄။ နေပါလ	မည်ရ ဆင်တော်၊
ချုပ်ထားခက်လှ	မုန်ကျထန်သော်၊
အနှောင်အဖွဲ့	ခံခဲ့ရသော်၊
စာမစား	ဆင်များခိုအောင်းပျော်။
ကံ့ကော်ဟော	စိတ်စော အောက်မေ့ပေ။

324. The uncontrollable, captive tusker, named Dhanapālaka, with pungent rut flowing, eats no morsel; the tusker calls to mind the elephant forest.

စကားပြေ။ ။ ပြင်းထန်သော မုန်ယို ဆင်၌ ထိန်းချုပ်ထားနိုင်ခဲ့သော
အနှောင်အဖွဲ့ခံရသော နေပါလမည်သော ဆင်မင်း
သည် (မိခင် ဆင်မအား ပွောင်ကြောင့်ကြသဖြင့်) မစားနိုင်တော့ပဲ
ဆင်အပေါင်းတို့ ခိုအောင်းစံရာ ကံ့ကော်တောကိုသာလျှင် အစဉ်
အောက်မေ့နေလေ၏။

၂၃၆။ ပသေနဒိ ကောသလ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇောဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဆန်တစ်ချက်သော ထမင်းကိုစား၍ စာရေး
နာစဉ် တလူးလဲလဲ ငိုက်မျဉ်းနေသော ပသေနဒိကောသလမင်းကြီးကို

၃၂၅။ မိဒ္ဓိ ယဒါ ဟောတိ မဟတ္ထသော စ၊
နိဒ္ဓါယိတာ သမ္ပရိဝတ္တသာယီ၊
မဟာဝရာဟောဝ နိဝါပပုဋ္ဌော၊
ပုနပ္ပုနံ ဂဗ္ဘမုပေတိ မန္ဓော။

အနက်—

မန္ဓော၊ လူနဲ့လူဖျင်းသည်။ ယဒါ၊ အကြင်အခါ၌။ မိဒ္ဓိ စ၊
အမြဲ ငိုက်မျဉ်းသည်လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ မဟတ္ထသော စ၊
အစားကြီးသည်လည်း။ ဟောတိဖြစ်၏။ နိဒ္ဓါယိတာ၊ အအိပ်
ကြီးသည်ဖြစ်၍။ သမ္ပရိဝတ္တသာယီ၊ လူးလို့မို့ တွန့်လိမ့် မငြိမ်
မသက် အိပ်စက်လေ့ရှိသည်လည်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ နိဝါပ-
ပုဋ္ဌော၊ ကောင်းစွာ ကျွေးမွေးထားသော။ မဟာဝရာဟောဝ၊
အိပ်လိုက် စားလိုက် လူးလိုက်နေသော ဝက်ကြီးကဲ့သို့။ နိဒ္ဓါ-
ယိတာ၊ အအိပ်ကြီး အစားကြီးသည်ဖြစ်၍။ သမ္ပရိဝတ္တသာယီ၊
တလူးလူး ကလဲလဲ အိပ်လေ့ရှိသောသူသည်။ ပုနပ္ပုနံ၊ အဖန်
တလဲလဲ။ ဂဗ္ဘ၊ အမိဝမ်းသို့။ ဥပေတိ၊ ပဋိသန္ဓေ တည်နေ
စေပ်ရောက်ရလေသည်။

အကြောင်းပြု၍ “မိစ္ဆိ ယဂါ ဟာတိ မဟဉ္ဇသော” စကောဂါတာကို
ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၂၅။ လူနံလူဖျင်း	ငိုက်ခြင်း ခါခါ၊
အအိပ်ကြီး	စားကြီးနေတာ၊
ကောင်းစွာကျွေးထား	အိပ်စားလူးကာ၊
ဝက်ကြီးနှင့်	အသင့်တူလှပါ။
ထိုဝက်အလား	အိပ်စားသူမှာ၊
အမိဝမ်း	ဝင်ခမ်း ဖန်ဖန်သာ။

325. The stupid one, when he is torpid, gluttonous, sleepy, rolls about as he lies like a great hog nourished on pig-wash, again and again goes to rebirth.

စကားပြေ။ ။ အကြင်အခါ၌ လူနံလူဖျင်းသည် အမြဲငိုက်နေ၏။ အစား
ကြီး အအိပ်ကြီး၏။ အစားအသောက် ပက်စက်သော
(အစာကျွေး၍ မွေးအပ်သော) ဝက်ကြီးကဲ့သို့ တလူး တလဲလဲ အိပ်လေ့
ရှိ၏။ ထိုအခါ လူနံလူဖျင်းမှာ (အနီစွစသော လက္ခဏာကို နှလုံးမသွင်းမီ
သည်ဖြစ်၍) အဖန်ဖန် ဝဋ်သန္ဓေနေရလေ၏။

gluttonous

အစားကြီးသော

nourished

ကျွေးမွေးထားသော

wash

ရေတိုက်သည်၊ ရေချိုးသည်၊ ရေသောက်သည်

nourished on pig-wash

အစာကျွေး၍ မွေးအပ်သော

အစားအသောက်ပက်စက်သော

၂၃၇။ သာနုသာမဏေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ယောဇ္ဈိသီလ ဝတ်ကြီး ဝတ်ငယ်နှင့် ပြည့်စုံသော
သာနုသာမဏေသည် မိမိပြုသမျှကုသိုလ်ကို (ကရားဟောတိုင်း) အမိ
အဘ ရပါစေသကည်းဟု...အမျှဝေ၏။ အခြားမဲ့သောသဝက သာနု
သာမဏေ၏ အမိဖြစ်ဘူးသော ဘိလူးမသည် သာဓု...သာဓုခေါ်၍
သာမဏေကို ကြည့်ရှုစောင့်မ၏။ ထိုဘိလူးမသည် ဘိလူးမစည်းအဝေး
၌ သာနုသာမဏေ၏ မယ်တော်ဟု ဘင်ရွား၍ ကောင်းဦး၊ ရှေးဦးကို စားရ
၏။ သာမဏေသည် ကရံရောအခါ ကာမဝိတက် နှိပ်စက်သည့်ဖြစ်၍
လူထွက်အံ့ဟု မိမိအိမ်သို့လာ၏။ ဘိလူးမသည် သာမဏေ၏အကြံကိုသိ၍

၃၂၆။ ဣဒံ ပုဗ္ဗေ စိတ္တမစာရိ စာရိကံ၊
ယေနိစ္ဆကံ ယတ္ထကာမံ ယထာသုခံ။
တဇ္ဇဟံ နိဂ္ဂဟေဿာမိ ယောနိဿော၊
ဟတ္ထိပ္ပဘိန္ဒဝိယ အင်္ဂုသဂ္ဂဟော။

အနက်—

ဣဒံ စိတ္တံ၊ ဤစိတ်သည်။ ပုဗ္ဗေ၊ ရှေးရှေးကာလ သာဝဗျားစွာ
သံသရာ၌။ ယေနိစ္ဆကံ၊ အလိုရှိတိုင်း။ ယတ္ထကာမံ၊ အလိုရှိသည်
အား လျော်စွာ။ ယထာသုခံ၊ ချမ်းသာယင်ကိုး ကောင်းနိုးရာရာ။
စာရိကံ၊ ခုန်ပေါက်ပြေးလွှား ကျက်စား လှည့်လည်ခြင်းကို။
အစရိ၊ ပြေးသွားလှည့်လည်ခဲ့လေပြီ။ အင်္ဂုသဂ္ဂဟော၊ ချွန်းကိုင်
လိမ္မာ ဆင်ဆရာသည်။ အင်္ဂုသေန၊ ချွန်းဖြင့်။ ဟတ္ထိပ္ပဘိန္ဒု၊
အမုန့်ယစ်သောဆင်ကို။ နိဂ္ဂဟေတိ ဣဝံ၊ နှိပ်ကွပ် ဆုံးမသကဲ့သို့။
အဟံ၊ ငါသည်။ အဇ္ဇေ၊ ယနေ့။ ဝါ၊ ယခု။ တံစိတ္တံ၊ ထိုစိတ်ကို။
နိဂ္ဂဟေဿာမိ၊ လွန်ကျူးခွင့်ရေး မပေးလိုရိပ် နှိပ်ကွပ်ဆုံးမအံ့။
ဣတိ၊ ဤသို့။ ယောနိဿော၊ အချိန်တိုင်းအခွင့် ရှိသော
အားဖြင့်။ ယောဂေါ၊ အားထုတ်ခြင်းကို။ ကရုဏိယော၊ ပြုအပ်
သည် သစတည်း။

သမာဓိဏီပူ၍ နှိပ်စက်ညဉ့်ဆဲလျက် ခြိမ်းခြောက်၏။ သာမဏေ
သည် သတိရ၍ ကာမဝိတက်ကို ယယ်ဖျောက်၍ ပဉ္စင်းခံပြီးသော်
ဘုရားအထံသို့သွား၍ အကြောင်းကို လျှောက်ရာတွင် စိတ်မည်သည်
ကား အထူးထူးသော အာရုံ၌ ကျက်စား၏။ စိတ်ကိုမနှိပ်စက်
(မဆုံးမ) သောသူအား ချမ်းသာမည်သည် မရှိဟု မိန့်တော်မူ၍-
“ဣဒံ ပုရေ စိတ္တမစရိ စာရိကံ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။
သာယာပဉ္စင်းငယ်နှင့်တကွ များစွာသော နတ်တို့သည် သောတာပန်
တည်လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၂၆။ ရွှေအခါက ဘဝမျှားစွာ၊
ဤစိတ်အကြိုက် ကလိုက်လင်စွာ၊
အာရုံကျက်စား ပြေးစွားခဲ့တာ၊
ယနေ့စိတ် ချိုးနှိပ်ဆင်ခြင်ပါ၊
မုန်ယစ်ဆင်ဆင် နှိမ်ထားခါခါ၊
ချွန်းကိုင်ထား ဆင်မျှားထိန်းသိသာ။

326. Formerly this mind went wandering where it liked, as it wished, as it listed; today with attentiveness I shall completely hold it in check, as a mahout a rut-elephant.

စကားပြေ။ “ရွှေအခါကမျှားစွာက ဤစိတ်သည် လိုရာအာရုံကို လိုက်
စားလျက် အလိုရှိတိုင်း ကြိုက်နှစ်သက်ရာ အာရုံကို
လှည့်လည်ကျက်စားခဲ့လှပေပြီ။ (ချွန်းကိုင်ထားသော) ဆင်ထိန်းသည်
မုန်ယစ်သောဆင်ကို နှိမ်ထားသကဲ့သို့ ယနေ့ ငါသည် သတိတရားနှင့်
ဆင်ခြင်ပြီး ငါ့စိတ်ကို နှိမ်နင်းမှု ပြုတော့အံ့။

with attentiveness	သတိတရားနှင့်(သတိရှိခြင်းနှင့်)
mahout	ဆင်ထိန်း
rut-elephant	မုန်ယစ်သောဆင်

၂၃၈။ ပါဝေယျက ဟတ္ထိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ ကောသလမင်းကြီး၏ ပါဝေယျက မည်သော ဆင်သည် အို၍ အားနည်းသောကြောင့် အိုင်တခု၌ ညွှန်ပျောင်းကျံ၍ မနုတ်နိုင် နေသည်ကို စစ်သည့်ဗိုလ်ထုကိုပြုလျှင် 'တိုက်မောင်း တိုက်စည်' ကို တီးကစား၍ဖြင့် အားတက်၍ ညွှန်မှ မိမိကိုယ်ကုန်နှုတ်လေ၏။ ဤ အကြောင်းကို မြင်ခဲ့သော ရဟန်းတို့က လျှောက်ရာတွင် ချစ်သားတို့...

၃၂၇။ အပ္ပမာဒရတာ၊ ဟောထာ၊
သမိတ္တမနုရက္ခထာ၊
ဒုဂ္ဂါ ဥဒ္ဓရထာတ္တံ၊
ပဏေ သန္ဓောဝ ကုဉ္ဇရော။

အနက်—

အပ္ပမာဒရတာ၊ သတိနှင့်မကွေ့မကွပ် ယှဉ်ခြင်းဟုဆိုအပ်သော မမေ့မလျော့ခြင်း၌ ခမ္မလျော်ကုန်သည်။ ဟောထာ၊ ဖြစ်ကြကုန်လော့။ သမိတ္တံ၊ ထိုထိုအခါ၌ ကြိုက်ကြံ့ပြေးဘိ မိမိဝိတ်ကို။ အနုရက္ခထာ၊ လွန်ကျူးမည်တော့က် မထိရောက်အောင် အဖန်တလဲလဲ ခောင်ရှောင်ကုန်လော့။ ပဏေ၊ ညွှန်ပျောင်း၌။ သန္ဓော၊ ငြိတယ်ကျုံ့နစ်သော။ ကုဉ္ဇရော၊ ဆင်သည်။ ဒုဂ္ဂါ၊ ခဲခက်အကြောင်း ကျုံ့နစ်ရာညွှန်ပျောင်းမှ။ အတ္တံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ ဥဒ္ဓရထာ၊ အားသွန်ကြိုးကုတ် ထုတ်နှုတ် ယူဆောင်သကဲ့သို့။ ပေ၊ တထာ၊ တို့တတူ။ ကုဉ္ဇော၊ ဆင်ချစ် သားတို့သည်။ ဒုဂ္ဂါ၊ လွတ်မြောက်ဖို့ရာ ခဲခက်စွာသော။ ကိလေသာညွှန်ပျောင်းမှ။ အတ္တံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ ဥဒ္ဓရထာ၊ အထိတကုတ် ယုတ်ဆောင်ကြကုန်လော့။

ညွန့်ကျံသော ဆင်သည် ညွန့်မှ မိမိကိုယ်ကို နှုတ်သကဲ့သို့ ကိလေသာ
ညွန့်မှ မိမိကိုယ်ကို နှုတ်ကြကုန်ဟု မိန့်တော်မူ၍ “အပ္ပမာဒရတာ
ဟောထ”စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၂၇။ အကျင့်မမေ့	ပျော်မွေ့နေရာ၊
မိမိစိတ်အား	စောင့်ထားကြပါ၊
ကိလေညွန့်မှ	ရုန်းကြကိယ်သာ၊
ညွန့်ပျောင်းမှ	ရုန်းထ ဆင်ပမာ။

327. Take delight in heedfulness; guard your mind well. Draw yourself out of the evil way like an elephant sunk in the mire.

စကားပြေ။ ။ မမေ့မလျော့ခြင်း၌ မွေ့လျော်ကြကုန်လော့။ မိမိစိတ်ကို
ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက် ကြကုန်လော့။ ညွန့်၌ကျ၍
ကျံနေသော ဆင်ပြောင်သည် (ထိုညွန့်မှ လွတ်အောင်ကြံ၍ မိမိကိုယ်ကို
ညွန့်ပျောင်းမှ ယုတ်ဆောင်သကဲ့သို့) ကိလေသာညွန့်ပျောင်းမှ မိမိကိုယ်ကို
နှုတ်ထွက်ကြကုန်လော့။

၂၃၉။ သမ္ပဟုလဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ကောသမ္မိပြည်သား ရဟန်းများတို့ အဓိကရုဏ်းဖြစ်ကြသည်ကို ဆုံးမ၍ မရသောကြောင့် ငြီးငွေ့တော်မူလျက် ကိုယ်တော်တည်းသာ ပလလဲဆင် အလုပ်အကျွေးကို ခံတော်မူ၍ (ပါလိလေယျရက္ခိတ) ပလလဲတောအုပ်၌ နေတော်မူသောအခါ ရှင်အာနန္ဒာသည် ရဟန်းငါးရာနှင့်တကွလာ၍ ရိုသေစွာရှိခိုးပြီးလျှင် ရှင်ပင်ဘုရားသို့ ဤတောအုပ်ကြီး၌ မျက်သစ်ဓရ၊ တံပူ ကမ်းလှမ်းသူမရှိပဲ ကိုယ်တော်တည်း နေသဖြင့် ပြုနိုင်ခဲ့သော အမှုကို ပြုတော်မူသည့်ဟု လျှောက်ရာတွင် အာနန္ဒာ... အကယ်၍ သဘောတူ အဆွေခင်ပွန်းကို မရသည်ဖြစ်အံ့ သဘောမတူ ယုတ်သောသူနှင့် အတူတကွ နေရ

၃၂၀။ သစေ လဘေတ နိပကံ သဟာယံ၊
သဒ္ဓိံ စရံ သာဓုဝိဟာရိဓိရံ။
အဘိဘုယျ သဗ္ဗာနိ ပရိဿယာနိ၊
စရေယျ ကေန တ္ထမနော သတိမာ။

အနက်—

နိပကံ၊ ပညာရင့်သော။ ဝါ၊ ပညာရဲရင့် ပွဲလယ်တင့်သော။ သာဓုဝိဟာရိံ၊ ကောင်းစွာနေထိုင်ခြင်းရှိသော။ ဓိရံ၊ တည်ကြည်သော သမာဓိရှိသော။ သဒ္ဓိံ စရံ၊ အတူကျင့်ဘက်ဖြစ်သော။ သဟာယံ၊ ပညာရှိမိတ်ဆွေကောင်းကို။ သစေ လဘေတ၊ အကယ်၍ ရခဲ့ပါလျှင်။ သဗ္ဗာနိ ပရိဿယာနိ၊ ဘေးရန်အားလုံးတို့ကို။ အဘိဘုယျ၊ ချေမှုန်းနှိမ်နင်းလျက်။ ကေန၊ ထိုပညာရှိ မိတ်ဆွေနှင့်။ သဒ္ဓိံ၊ အတူတကွ ပေါင်းသင်းညီညွတ်စွာ။ အတ္ထမနော၊ ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ။ သတိမာ၊ သတိတရား လက်ကိုင်ထားလျက်။ စရေယျ၊ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်နေထိုင်ရာ။

ခြင်းထက် တယောက်တည်းသာ နေရခြင်းသည် မြတ်၏ ဟု မိန့်တော်
မူ၍ “သစေ လဘေထ နိပကံ သဟာယံ” စသော ဂါထာကို ဟော
တော်မူသည်။ ငါးရာသော ရဟန်းတို့သည် ရဟန္တာဖြစ်လေကုန်၏။

၃၂၉။ နောစေ လဘေထ၊ နိပကံ သဟာယံ၊
သဒ္ဓိံ စရံ သာဓုဝိဟာရိဓိရံ။
ရာဇာဝ ရဋ္ဌံ ဝိဇိတံ ပဟာယ၊
ဧကော စရေ မာတင်္ဂီ ရညော နာဂေါ။

အနက်—

နိပကံ၊ ပညာရင့်သော။ သာဓုဝိဟာရိံ၊ ကောင်းစွာနေထိုင်
ခြင်းရှိသော။ ဓိရံ၊ တည်ကြည်သော သမာဓိရှိသော။ သဒ္ဓိံ စရံ၊
အတူကျင့်ဘက်ဖြစ်သော။ သဟာယံ၊ ပညာရှိ မိတ်ဆွေကောင်း
ကို။ နောစေ လဘေထ၊ အကယ်၍ မရခဲ့ပါလျှင်။ ဝိဇိတံ၊
အောင်နိုင်ပြီးသော။ ရဋ္ဌံ၊ တိုင်းနိုင်ငံကို။ ပဟာယ၊ စွန့်လွှတ်၍။
ရာဇာဝ၊ အကဲထွက်သွားသော မင်းကဲ့သို့ လည်းကောင်း၊
မာတင်္ဂီနာဂေါ၊ မာတင်္ဂီဆင်မင်းသည်။ ယူထံ၊ ဆင်အပေါင်းကို။
ပဟာယ၊ စွန့်၍။ အရညော၊ ဘောဉ်။ ဧကော၊ တကောင်တည်း
တည်း။ စရတိ၊ ထူဝ၊ လှည့်လည် နေသကဲ့သို့ လည်းကောင်း။
ဧကော၊ တယောက်တည်းတည်း။ စရေ ကျင့်ကြံနေထိုင်ရာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၂၀။ ပညာရင့်ပေ	နေလေ့ကောင်းစွာ၊
ရိုးဘားထက်မြက်	မိတ်ဖက်ကိုသာ၊
အကယ်၍များ	ရ၊ ထားလျှင်သာ၊
ထိုမိတ်နှင့်	အသင့် ပေါင်းဖက်ကော။
ဝမ်းမြောက်စွာဘိ	သတ်ဖြစ်ကာ၊
ဘေးရန်များ	နှိမ်ထား အောင်မြင်ရာ။

328. If you get a prudent companion (who is fit) to live with you, who behaves well and is wise, you should live with him, joyfully and mindfully overcoming all dangers.

စကားပြေ။ ။သင်သည် ပညာရှိ၍ ကောင်းစွာကျင့်သော အတူနေရန် သင့်တော်သော ပညာရင့်တိ သမာဓိရှိသော အတူ ကျင့်ဘက် မိတ်ဆွေကောင်းကိုရရှိပါလျှင် သင်သည်ဘေးရန် အားလုံးကို ချေမှုန်းနိုင်မည်လျက် ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ သတိတရား လက်ကိုင်ထား၍ ထိုမိတ်ဆွေနှင့် အတူတကွ ကျင့်ကြံကြိုးကုတ် အားထုတ်နေထိုင်ရာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၂၉။ ပညာရင့်ပေ	မနုလေ့ကောင်းစွာ၊
ရိုးသားထက်မြက်	မိတ်ဖက်ကိုသာ၊
တကယ်ရှာ၍	မတွေ့လျှင်သာ၊
ပြည်စွန့်လျက်	တောထွက် မင်းတူတာ၊
တော၌ဆင်များ	စွန့်ထား၍သာ၊
တငယ်ကံတည်း	နေပြီးဆင်ပမာ။

329. If you do not get a prudent companion (who is fit) to live with you, who behaves well, and is wise, then like a king who leaves a conquered kingdom, you should live alone as an elephant in the elephant forest.

စကားပြေ။ ။သင်သည် ပညာရင့်၍ ကောင်းစွာကျင့်သော အတူနေ သင့်သည့် တည်ကြည်သော သမာဓိရှိသော အတူကျင့် ဘက် မိတ်ဆွေကောင်းကို အကယ်၍ မရပါလျှင် အောင်နိုင်ပြီးသော တိုင်းနိုင်ငံကိုစွန့်၍ တောထွက်သွားသော မင်းကဲ့သို့ လည်းဟောင်း၊ ဆင်တော၌ ဆင်အပေါင်းကိုစွန့်၍ တကေတည်းနေဟော မလလဲဆင် ကဲ့သို့လည်းကောင်း သင်သည် တယောက်တည်း ကျင့်ကြံနေထိုင်ရာ၏။

prudent	တည်ကြည်သော သမာဓိရှိသော
behaves	ကောင်းစွာကျင့်ကြံသည်
all dangers	ဘေးရန်အားလုံးကို

“အတ္တမိ ဇာတမိ သုခါ သဟာယာ” စသော သုံးဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။ များစွာသောနတ်တို့ အကျတ်တရား ရလေကုန်၏။

၃၃၂။ သုခါ မတ္တေယျတာ လောကေ၊
အထော ပေတ္တေယျတာ သုခါ။
သုခါ သာမညတာ လောကေ၊
အထော ဗြဟ္မညတာ သုခါ။

အနက်—

လောကေ၊ လောကဋ္ဌံ၊ မတ္တေယျတာ၊ အမိ-ကိုလုပ်ကျွေး
သောသူ၏ အဖြစ်သည်။ သုခါ၊ ချမ်းသာ၏။ အထော၊ ထိုမြို့၊
ပေတ္တေယျတာ၊ အဘက် လုပ်ကျွေးသောသူ၏ အဖြစ်သည်။ သုခါ၊
ချမ်းသာ၏။ လောကေ၊ လောကဋ္ဌံ၊ သာမညတာ၊ ရဟန်းတို့
အား လေးပါးသောပစ္စည်းဖြင့် ချီးမြှောက် လုပ်ကျွေးသောသူ၏
အဖြစ်သည်။ သုခါ၊ ချမ်းသာ၏။ အထော၊ ထိုမြို့ ဗြဟ္မညတာ၊
ဘုရား ပစ္စေကဗုဒ္ဓါ သာဝက ရဟန္တာတို့အား ပစ္စည်းလေးပါး
ဖြင့် ချီးမြှောက် လုပ်ကျွေးသောသူ၏ အဖြစ်သည်။ သုခါ၊
ချမ်းသာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၃၁။ ကိဗ္ဗုတ	မိတ်ရချမ်းသာ၊
ရသမ္ပလ	ရောင်ရဲချမ်းသာ၊
ဇီဝိန်အဘက်	ချုပ်ပျက်နီးမှာ၊
ကောင်းမှုရှိ	စိတ်၏လွန်ချမ်းသာ။
ခပ်သိမ်းများစွာ	ဒုက္ခပေါ်လာ၊
ပယ်၍ချ	သုခ ရမည်သာ။

331. When need arises, happy (is it to have) friends; happy is contentment with just this and that; merit is happy, when life is at an end; happy is the shunning of all ill.

စကားပြေ။ ။ အရေးကြီးသောကိစ္စ ပေါ်ပေါက် လာသောအခါ အဆွေခင်ပွန်းကောင်းရှိမှ ချမ်းသာရ၏။ အငယ်အကြီး ပစ္စည်းသန္တက ရသမျှနှင့် ရောင့်ရဲခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ ဇိဝိန်အသက် ချုပ်ပျက်ခါနီး၌ ကောင်းမှုရှိခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ ခပ်သိမ်းသော ဝဋ်ဒုက္ခကို ပယ်စွန့်နိုင်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၃၂။ မိဘမြတ်လေး လုပ်ကျွေးကြပါ၊
မြင့်မြတ်ရဟန်း လှူဒါန်းပေးပါ၊
ဘုရား ဗုဒ္ဓ သာဝကပါ၊
ထိုလေးဝ လှူက လွန်ချမ်းသာ။

332. Happy in this world is ministering to mother, ministering to father too is happy; happy in this world is ministering to ascetics; happy too is ministering to the Noble Ones.

စကားပြေ။ ။ ဤလောက၌ အမိအဖကို ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ (ဤလောက၌) ရဟန်း သာမဏေတို့အား (လေးပါးသော ပစ္စည်းဖြင့်) ချီးမြှောက်လုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ ဘုရားပစ္စေကဗုဒ္ဓ၊ ရဟန္တာသာဝကတို့အား (ပစ္စည်းလေးပါးဖြင့်) ချီးမြှောက်လုပ်ကျွေးခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

need	အရေးကြီးသောကိစ္စ
arise	ပေါ်ပေါက်သည်၊ ဖြစ်ပေါ်သည်
ministering	ပြုစုလုပ်ကျွေးခြင်း

၃၃၃။ သုခံ ယာဝ ဇရာ သီလံ၊
 သုခေါ သဒ္ဓါ ပတိဋ္ဌိတာ။
 သုခေါ ပညာယ ပဋိလာဘော၊
 ပါပါနံ အကရဏံ သုခံ။

အနက်—

သီလံ၊ သီလသည်။ ယာဝ ဇရာ၊ ငယ်ရွယ်သည်မှ အိုမင်းကျသော ကာလတိုင်အောင်။ သုခံ၊ တင့်တယ်ချမ်းသာ၏။ သဒ္ဓါ၊ လောကီ လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာသော သဒ္ဓါတရားသည်။ ပတိဋ္ဌိတာ၊ တွန့်လုပ်သည်ဖြစ်၍ တည်သည်ရှိသော။ သုခေါ၊ ချမ်းသာ၏။ ပညာယ၊ လောကီ လောကုတ္တရာပညာကို။ ပဋိလာဘော၊ ရခြင်းသည်။ သုခေါ၊ ချမ်းသာ၏။ ပါပါနံ၊ ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုတို့ကို။ အကရဏံ၊ ကြောင်းရင်းပယ်ဖြုတ် မပြုလုပ်ခြင်းသည်။ သုခံ၊ ချမ်းသာ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၃၃။ သီလသည်ရှိ အိုထိ ချမ်းသာ၊
 သဒ္ဓါတည်မှ မုချ ချမ်းသာ၊
 ပညာရလေ လေ့ချမ်းသာ၊
 မကောင်းမှု မပြု လွန်ချမ်းသာ။

333. Happy is virtue till old age; happy is steadfast confidence; happy is the attainment of wisdom; happy is it to do no evil.

ကားပြေ။ ။ သီလရှိခြင်းသည် (ငယ်ရွယ်သည်မှ) အိုမင်းသည်တိုင်အောင် ချမ်းသာ၏။ တည်မြဲသော သဒ္ဓါတရားရှိခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ လောကီ လောကုတ္တရာပညာကို ရခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။ ယုတ်မာညစ်ကျ မကောင်းမှုတို့ကို ကြောင်းရင်းပယ်ဖြုတ် မပြုလုပ်ခြင်းသည် ချမ်းသာ၏။

နာဂပင်ဆင်အုပ်စု ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိက

အခန်း ၂၄။

တဏှာဝဂ်-တဏှာအုပ်စု

၂၄၀။ ကပိလမစ္ဆ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ကဿပ ဘုရားရှင်၏ သာသနာတော်တိုင်းက

၃၃၄။ မနုဇဿ ပမတ္တစာရိနော၊
တဏှာ ဝဇုတိ မာလုဝါ ဝိယ၊
သော ပ္လ္လဝတိ ဟုရာ ဟုရံ၊
ဖလမိစ္ဆံဝ ဝနသ္မိ ဝါနရော။

အနက်-

ပမတ္တစာရိနော၊ မေ့မေ့လျော့လျော့ ကျင့်လေ့ရှိသော။ မနုဇဿ၊
ပုဂ္ဂိုလ်အား။ တဏှာ၊ တဏှာခြောက်ပါး ဒွါရစွဲထ ငြိကပ်တပ်မက်
တတ်သော တဏှာသည်။ မာလုဝါ၊ မာလောနွယ်သည်။ ဝဇုတိ
ဣဝ၊ စည်ပင်ကြီးပွားသကဲ့သို့။ ဝဇုတိ၊ အဆင့်ဆင့် အမျိုးအားဖြင့်
တိုးပွားတော့သည် သာလျှင်တည်း။ သော ပ္လ္လဝော၊ တဏှာ
အကြိုက် အလိုလိုက်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်၊ ဖလံ၊ သစ်သီးကို။ ဣစ္ဆံ
ဣစ္ဆန္တော၊ အလိုရှိသော။ ဝါနရော၊ မျောက်သည်။ ဝနသ္မိ၊
ပင်ကြီးပင်ငယ် သွယ်သွယ်ပြိုင်ညီး တောမြိုင်ကြီး၌။ ပ္လ္လဝတိ ဣဝ၊
တပင်လက်လှမ်း တပင်ကမ်း၍ ကူးသန်းပြေးသွားဘိသကဲ့သို့။
ဟုရာဟုရံ၊ ယုတ်မြတ်ကြီးငယ် သွယ်သွယ်များလှ ထိုဘဝ ဤဘဝ
သို့၊ ပ္လ္လဝတိ၊ အသစ်အသစ် ဖြစ်စေသောအား ပြေးသွားရလေ
သတည်း။

ခိုးသူ ငါးရာတို့သည် မင်းစိုးတို့ ဖမ်းမိခါနီး၌ တောရဆောက်တည်
နေသော ရဟန်းကပါးလံ ငါးပါးသီလခံယူကြ၏။ မင်းစိုးတို့ ဖမ်း၍
သတ်လေသော် ယာဝတီ ယာဉ်ဖြစ်၍ အပါယ်မလားပဲ ငါတို့ဘုရား
လက်ထက် တံငါသည်အမျိုး၌ဖြစ်ကုန်သည်။ အရွယ်မရောက်၍ အစိရဝတီ
မြစ်ဝယ် တံငါလုပ်ကြသည့်ကာလ ရွှေအဆင်းနှင့်တူသော အဆင်းရှိ
သော ခံတွင်းဟလျှင် အလွန်ပုပ်လှစွာသော ငါးကြီးတကောင်ကို
မိ၍ ကောသလမင်းထံဆက်သလျှင် မင်းကြီးလည်း ဘုရားထံယူခဲ့၍
ဤငါးသည် အဘယ်ကြောင့် အဆင်းလှ၍ ခံတွင်း ပုပ်သနည်းဟု
လျှောက်၏။ မင်းကြီး ဤငါးသည် ကဿပဘုရားရှင် သာသနာ
တော်၌ ပိဋကတ်သုံးပုံဆောင်သောကပိလရဟန်းဖြစ်၍ (လဇ္ဇီပေသလ)
ရဟန်းကောင်းတို့ကို ငေါက်ငမ်း၏။ ဘုရားဟော မဟုတ်သည်ကို
ဘုရားဟောလုပ်၍ မအပ်သည်ကိုလည်း အပ်သည်ဟု ဟောပြောဘူး
သောကြောင့် ကြာရှည်မြင့်စွာ (အဝီစိ) ငရဲ၌ခံခဲ့ရပြီး၍ ယခုငါးအဖြစ်

၃၃၅။ ယံ သော သဟတေ ဇမ္ဗိ၊
တဏှာ လောကေ ဝိသတ္တိကာ။
သောကာ တဿ ပဝစုန္တိ၊
အဘိဝဠံဝ ဗီရဏံ။

အနက်—

လောကေ၊ လောက၌။ ဝိသတ္တိကာ၊ တွယ်ကာကပ်ငြိတတ်
သော။ ဇမ္ဗိ၊ ယုတ်မာစွာသော။ သောတဏှာ၊ ထိုတဏှာသည်။
ယံ ပုဂ္ဂလံ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ သဟတေ၊ နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲ၏။
တဿ ပုဂ္ဂလဿ၊ ထိုတဏှာညှဉ်းဆဲခံရသော ပုဂ္ဂိုလ်အား။ ဝဠံ၊
မိုးရေဖန်ဖန် သွန်ပြန်ကျရောက် ပွားကြီးမြောက်သော။ ဗီရဏံ၊
ပြိန်းမြက်သည်။ ပဝစုတိ ဣဝံ၊ ကဆင့်ကဆင့် တိုးမြင့်ကြီးပွား
သကဲ့သို့။ သောကာ၊ ကြောင့်ကြည့်ပိန် စိုးရိမ်ခြင်းတို့သည်။
ပဝစုန္တိ၊ တိုးပွားကုန်၏။

သို့ရောက်သည်။ ပိဋကသုံးပုံ ဆောင်ဘူးသောကြောင့် ရွှေအဆင်းကဲ့သို့ လှသည်။ မဟုတ်မတရား မုသား ဟောပြောဘူးသောကြောင့် ခံတွင်း ပုပ်သည်ဟု မိန့်တော်မူ၍ သင်သည် ကပိလရဟန်း မဟုတ်လောဟု မေးတော်မူရာ ကျွန်ုပ်သည် ကပိလရဟန်းဟုတ်ပါကြောင်းလျှောက်၏။ သင့်အစ်ကို သဒ္ဓကတ ဘယ်မှာနည်းဟု မေးတော်မူရာ ကဿပဘုရား

မြန်မာကဗျာ

၃၃၄။ သတိမေ့လတ်	ကျင့်တတ်သူမှာ။
မာလောန္ဓယ်လား	တိုးပွားတဏှာ၊
ထိုတဏှာငြိ	ပွားသည့်သူမှာ၊
တောသစ်သီး	ရှာမှီး မျောက်သို့သာ။
ခန့်ကာလွှား	ပြေးသွား သံသရာ။

334. The craving of the person addicted to careless living grows like a creeper; he jumps from life to life like a fruit-loving monkey in the forest.

ကောဓပြေ။ ။ မေ့မေ့လျော့လျော့ ကျင့်နေလေ့ရှိသောသူအား ခြောက် ခွါရ၌ ဖြစ်သော တဏှာသည် မာလောန္ဓယ်ကဲ့သို့ တိုးပွား ကြီးထွား၏။ ထိုတဏှာပွားသူသည် ကောဉ် သစ်သီးရှာမှီးသော မျောက် သည် တပင်လက်လှမ်း တပင်ကမ်း၍ ကူးသည်ကဲ့သို့ ထိုဘဝမှ ဤ ဘဝသို့ ပြေးသွားရလေ၏။

addicted	အလေ့ရှိသော၊ အလေ့အတတ်ဖြစ်သော
from life to life	ထိုဘဝမှ ဤဘဝသို့
fruit-loving	သစ်သီးကိုအလိုရှိသော
monkey	မျောက်

သာသနာ၌ပင် ပရိနိဗ္ဗာန်ပြုပါသည်ဟု လျှောက်၏။ သင့်အလိုသို့
လိုက်သော အမိ “သာဓိနီ” နှင့် နှမ “တယနာ” တို့ကား ဘယ်မှာရှိ
သနည်းဟု မေးတော်မူပြန်ရာ (အင်စိ) ငရဲ၌ပင်ရှိပါသည်ဟု လျှောက်

မြန်မာကဗျာ

၃၃၅။ လောကတခွင် အကြင်သူမှာ၊
တဏှာယုတ်ပတ် ညှဉ်းသတ်ကာသာ၊
ကြီးပွားလွယ်လျက် ပြိန်းမြက်ပမာ၊
စိုးရိမ်များ တိုးပွား ထိုသူမှာ။

335. Whomsoever in this world this base clinging
thirst over-comes, his sorrows flourish like well-watered
birana grass.

ကားပြေ။ ။ ဤလောက၌ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်ကို ကပ်ငြိတယ်တာ ယုတ်မာ
သော ဤတဏှာသည် နှိပ်စက်ညှဉ်းဆဲ၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်၏
စိုးရိမ်သောက ဗျာပါရတို့သည် ကြီးပွားလွယ်သော ပြိန်းမြက်ကဲ့သို့
တိုးပွားကုန်၏။

whomsoever	အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်ကို
base	ယုတ်ညံ့သော၊ ယုတ်မာသော
clinging	ကပ်ငြိတယ်တာသော
flourish	တိုးပွားသည်၊ ရင့်သန်ကြီးမားသည်

၏။ သင်ကားဤကမ္မသေလျှင် အဘယ်သို့သွားရမည်နည်းဟုမေးတော်
မူရာ အဝီစိငရဲသို့ပင် ပြန်ရပါဦးမည်ဟု လျှောက်ပြီးလျှင် ငါ၏အဖြစ်
သနစ်ကို ဘုရားနှင့်ဟော ပရိသတ်အများသိလေပြီဟု နှလုံးမသားရှိ၍
သေလေ၏။ ဘုရားရှင်သည် ရောက်လာသော ပရိသတ်တို့အား တရား

၃၃၆။ ယော စေတံ သဟဇော ဇေဓိံ၊

တဏှံ လောကေ ဒုရစ္စယံ။

သောကာ တမ္မာ ပပတန္တိ၊

ဥဒဗိန္ဒုဝ ပေါက္ခရာ။

အနက်—

လောကေ၊ လောကဉ္စ။ ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။
ဒုရစ္စယံ၊ လွန်မြောက်စွန့်လွှတ်နိုင်ခဲ့သော။ ပါ၊ နှိမ်နင်းရန်ခဲယဉ်း
သော။ ဇေဓိံ၊ ယုတ်မာစွာသော။ စေတံ တဏှံ၊ တပ်မက်တတ်စွာ
ထိုတဏှာကို။ စေ သဟဇော၊ အကယ်၍ မိမိတ ညည်းဆဲနိုင်သည်
ဖြစ်အံ့။ ဧဝံ သတိ၊ ဤသို့ ညည်းဆဲသည်ရှိသော်။ ပေါက္ခရာ၊
ကြာဖက်မှ။ ဥဒဗိန္ဒု၊ မိုးရေမိုးပေါက်သည်။ ပပတတိ ဣဝ၊
မကည်ခဏ လျောကျရသကဲ့သို့။ တမ္မာ ပုဂ္ဂလော၊ တဏှာညည်းဆဲ
နိုင်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်မှ။ သောကာ၊ ကြောင့်ကြည့်ပိန် စိုးရိမ်ခြင်း
တို့သည်။ ပပတန္တိ၊ ပျောက်ပျက်လျောကျကုန်၏။

ဟောခြင်းငှါ “မနုဿေ ပမတ္တစာရိနော” စသော လေးဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။ ထိုတံငါသည် ငါးရာတို့သည် မုဟန်းပြု၍ မုဟန္တာ
ဖြစ်လေကုန်၏။

၃၃၇။ တံ ဝေါ ဝဒါမိ ဘဒ္ဒံ ဝေါ၊

ယာဝန္တေ'တ္ထ သမာဂတာ။

တဏှာယ မူလံ ခဏထ၊

ဥသီရတ္ထောဝ ဗီရဏံ။

မာဝေါ နဠုံဝ သောတောဝ၊

မာရော ဘဠိ ပုနပုနံ။

အနက်—

တံ တေ ကာရဏေန၊ ထိုသို့သောအကြောင်းကြောင့်။ ဝေါ၊
သင်တို့အား။ အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။ ဝဒါမိ၊ ဟောတော်မူ၏။
ဝေါ၊ သင်တို့အား။ ဘဒ္ဒံ၊ ကောင်းခြင်းသည်။ ဟောတု၊ ဖြစ်ပါ
လော။ ဧတ္ထ၊ ဤအရပ်၌။ ယာဝတာ၊ အကြင်မျှလောက် ကုန်
သော။ သမာဂတာ၊ အညီအညွတ် စည်းဝေးလာရောက် ကုန်
သော။ ဝေါ၊ သင်တို့သည်။ ဥသီရတ္ထော၊ ပန်းရင်းဖြင့် အလို
ရှိသော ယောက်ျားသည်။ ဗီရဏံ၊ ပြိန်းမြက်ကို၊ ခဏတိ ဣဝ၊
တူးဘိသကဲ့သို့။ ဧဝံ ကထာ၊ ထိုအတူ။ တဏှာယ၊ ခြောက်ဒွါရလုံး
လှည့်သုံးကပ်လျက် တပ်-က်ဟတ်သော တဏှာ၏။ မူလံ၊
အကြောင်းရင်းစစ် ပေါင်းအမြစ်ကို။ ခဏထ၊ အရဟတ္တ
မဂ်ဉာဏ်ဖြင့် တွန်းလှန်တူးဖို့ကြံကုန်သော။ သောတော၊ ကြီးစွာ
ရေအလျဉ်သည်။ နဠုံ၊ ကမ်းပါးပြတ်စောက် ပေါက်ရောက်သော
ကျူပင်ကို။ ဘဠိတိ ဣဝ၊ အမြစ်မကျန် တိုက်လှန်ဖျက်ဆီးသကဲ့
သို့။ ဧဝံ ကထာ၊ ထိုအတူ။ မာရော၊ ကိလေသာမာရ် ကိုယ်
တွင်းရန်သည်။ တုဓမ္မ၊ သင်တို့ကို။ ပုနပုနံ၊ အဖန်တလဲလဲ။
မာဘဠိ၊ မဖျက်ဆီးပါစေလင့်။

မြန်မာကဗျာ

၃၃၆။ လောကကုသိုလ်
 နှိမ်နင်း ခဲယုတ်
 ကြာဖက် ပေါ်ရောက်
 စိုးရိမ်ခြင်း
 အကြင်သူမှာ၊
 ပယ်ဖြုတ်တဏှာ၊
 မိုးပေါက်ပမာ၊
 လိမ့်ဆင်း ထိုသူမှာ။

336. Whoso in the world overcomes this base untuly craving, from him sorrows fall away, like water-drops from a lotus-leaf.

စကားပြေ။ လောက၌ အကြင်သူသည် နှိမ်နင်းနိုင်ခဲလော့ ယုတ်မာသော ဤဟဏှာကို အကယ်၍ ညှဉ်းဆဲနိုင်အံ့ ကြာဖက်မှ လျောကျသော မိုးရေ မိုးပေါက်ကဲ့သို့ ထိုပုဂ္ဂိုလ်မှာ စိုးရိမ်သောကဗျာပါရှိသည် လျောကျကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၃၇။ ဤရေပင်၌
 သင်တို့ ကောင်းစား
 ပန်းရင်းလိုလျက်
 တဏှာခြစ်
 ကျုပ်ငယ်မင်း၊
 ကိလေမာန်
 ရောက်ဆိုက်ညီညာ၊
 ငါကားဆိုမှာ၊
 ပြိုနိုးမြက်တူးပါ၊
 တူးပစ်ကြို့ဖို့ရာ။
 ရေစား သို့သား၊
 ဖန်ဖန် မဖျက်ရာ။

337. This I say to you, Good luck to you all who have assembled here; dig up the root of craving, as one in quest of bīraṇa's sweet root. Let not Māra crush you again and again, as the flood a reed.

စကားပြေ။ ။ သို့ဖြူပင် သင်တို့အား ကောင်းသောစကားကို ငါဆို
အံ့။ ဤအရပ်သို့ အညီအညွတ်ရောက်ရှိကုန်လော့ သင်တို့
အားလုံး ကံကောင်းပါစေသတည်း။ ပန်းရင်းကို အလိုရှိသောသူသည်
ပြိုန်းမြက်ကို တူးယက်သို့ တပ်မက်သော တဏှာ၏ အကြောင်းရင်းစစ်
ပေါင်းအမြစ်ကို တူးကြကုန်လော့။ ကြီးစွာသော ရေအလျဉ်သည် (ကမ်း
ပေါ်ပြတ်စောက် ပေါက်ရောက်သော) ကျူပင်ကို ဖျက်ဆီးသကဲ့သို့
ကံလောသမာရ် ကိုယ်တွင်းရန်သည် သင်တို့အား အဖန်ဖန် မဖျက်ဆီးပါ
စေလင့်။

၂၄၂။ သူကရ ပေါတိကာ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သဒ္ဓဝတ္ထိပြည် စေတနာန် ကျောင်းဟော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဇာတိပြည်၌ ဆွမ်းခံ လှည့်လည်ရာတွင်
တကောင်သော ဝက်မငယ်ကို မြင်၍ ပြုံးတော်မူသည်။ အဘယ်ကြောင့်
ပြုံးတော်မူပါသနည်းဟု ရှင်အာနန္ဒာလျှောက်သော် ချစ်သား အနန္ဒာ
ဤဝက်မသည် ကကုသန်ဘုရားလက်ထက် ကြွက်ဖြစ်သည် ကြွက်မကဝ

၃၃၈။ ယထာပိ မူလေ အနုပဒ္ဓဝေ ဒဠေ၊
ဆိန္ဒောပိ ရုက္ခော ပုနရေဝ ဂ္ဗဟတိ။
ဝေမ္မိ တဏှာနုသယေ အနုဟတေ၊
နိဗ္ဗတ္တတိ ဒုက္ခမိဒံ ပုပ္ဖုနံ။

အနက် -

မူလေ၊ ရေသောက်မြစ်သည်။ အနုပဒ္ဓဝေ၊ ဖြတ်ခွဲမီးတောက်
ထိုးဖောက်ခြင်းစသော ဥပါဒ်မရှိသည်ရှိသော်။ ဝ ၊ ပျက်စီးခြင်း
မရှိသည်ရှိသော်။ ဒဠေ၊ ခက်မာထက်သန် မြဲမြန်သည်ရှိသော်။
ရုက္ခော၊ သစ်ပင်ကို။ ဆိန္ဒောပိ၊ ဖြတ်အပ်သော်လည်း။ ပုနရေဝ၊
တဖန်သာလျှင်၊ ဂ္ဗဟတိ ယထာ၊ အခက်အရှက် ပေါက်ထွက်စည်
ကား ကြီးပွားပြန်သကဲ့သို့။ ဝေမ္မိ၊ ဤသတူလည်း။ တဏှာနု-
သယေ၊ ခြောက်ပါးဒွါရ ကိန်းသ ဖြစ်လာ တဏှာတည်းဟူ
သော အနုသယကို။ အနုဟတေ၊ အရတတ္ထမဂ် ဉာဏ်သန်လျက်ဖြင့်
ပယ်ဖျက်ခုတ်သတ် မဖြတ်အပ်သည်ရှိသော်။ ဣဒံ ဒုက္ခံ၊ ယိုထို
ဘဝ ပဋိသန္ဓေနေခြင်းစသော ဤဆင်းရဲ အစုသည်။ ပုပ္ဖုနံ၊
အဖန်တလဲလဲ။ နိဗ္ဗတ္တတိ၊ ဖြစ်တော့သည်သာလျှင်တည်း။

မှသေလွန်၍ ဗာရာဏသီပြည်ဝယ် ဥပရိမင်းသမီးဖြစ်သည်။ ထိုမင်းသမီးသည် ကိုယ်လက်သုတ်သင်ရာ ပိုးလောက်အစုကိုမြင်၍ “ ပုဋ္ဌဝက ” သညာဖြင့်ပထမဈာန်ကိုရ၍ ဗြဟ္မပြည်၌ဖြစ်သည်။ ဗြဟ္မာဘုံမှစုတိကျ၍ ဗာရာဏသီပြည်၌သဌေးသမီးဖြစ်သည်။ သဌေးသမီးအဖြစ်မှသေလွန်၍ ယခုဝက်မငယ်ဖြစ်ရလေသည်။ တဝတဏှာ၏အပြစ်သည် များလေစွ ဟု မိန့်တော်မူ၍ “ယထာပိ မူလေ အနုပဒ္ဒဝေ ဒဇ္ဇေ” စသော ခြောက်-

၃၃၉။ ယဿ ဆတ္တိံ သတိံ သောတာ၊

မနာပသဝနာ ဘုဿ။

မဟာ ဝဟန္တိ ဒုဒ္ဓိဋ္ဌိံ၊

သင်္ကပ္ပံ၊ ဖုဂ္ဂနိဿိတာ။

အနက်—

ယဿ ပုဂ္ဂလဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ မနာပသဝနာ၊ နှစ်သက်ဖွယ်ကြုံ ရှုပါရုံစသည်တို့၌ ယိုစီး ဖြစ်ပေါ်တတ်သော။ ဘုဿ၊ အားကြီးစွာသော။ ဝါ၊ ပြင်းစွာသော။ ဆတ္တိံ သတိံ သောတာ၊ ကာမ၊ အာရုံ၊ ဝိညာဏဟု သုံးဝတဏှာ အာယတန ဆယ့်နှစ် မြောက်လှစ်ရေငြား သုံးဆယ်ခြောက်ပါးသော တဏှာ အလျဉ်သည်။ အတ္တိံ၊ ရှိ၏။ ဒုဒ္ဓိဋ္ဌိံ၊ ပျက်စီးသော ဉာဏ်အမြင် ရှိသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ မဟာ၊ များစွာသော။ ဖုဂ္ဂနိဿိတာ၊ ဈာန်ဝိပဿနာ မှီရာကင်းပ ဖုဂ္ဂကို မှီကုန်သော။ သင်္ကပ္ပံ၊ အကြံအစည်တို့သည်။ ဝဟန္တိ၊ ဆောင်ကုန်၏။

ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ဝက်မငယ်ဘဝမှ တဖန် သေလွန်သော်
သုဂဏ္ဌဘူမိ သထုံမင်းမျိုး၌ ဖြစ်လေ၏။ ထိုမှ သေလွန်၍ ဗာရုဏသိ၌
ဖြစ်သည်။ ထိုမှ သေလွန်၍ “သုပ္ပါရက” သင်္ဘောဆိပ် မြင်းကုန်သည်
အိမ်၌ ဖြစ်၏။ ထိုမှ သေလွန်၍ တာဝယသင်္ဘောဆိပ် လှေသူကြီးအိမ်၌
ဖြစ်၏။ ထိုမှ သေလွန်၍ အနုရာဇမြို့တောင် သောကန္တရွာ၌ သုမနမည်
သောသူကြွယ်သမီးဖြစ်ရာ ဒုဠ္ဏါမဏိနှင့်လက်ထက် အတိအမ္မသုအမတ်

မြန်မာကဗျာ

၃၃၈။ သစ်ပင်ကိုင်းဖြတ်	မြစ်ပြတ်လျှင်၊
တဖန်ပေါက်ပျောက်	ကြီးမြောက်စိမ်းရှင်၊
ထိုနည်းတူပ	နုသယ မည်တွင်၊
တကောဇာတ်	မပြတ် ကင်းပါလျှင်။
သန္ဓေမှီဘင်း	နေခြင်းစထွင်၊
ဝဋ်ဆင်းရဲ	ဖန်လဲ ဖြစ်မည်ပင်။

338. Just as a tree, with roots undamaged and firm, though hewn down, sprouts again; even so, while latent craving is not rooted out, this sorrow springs up again and again.

စကားပြေ။ ။ အမြစ်ပျက်စီးခြင်းမရှိ ခိုင်မြဲနေလျှင် (သစ်ပင်ကို ဖြတ်
သော်လည်း) တဖန်ပေါက်ပျောက် မည်ပင် မြန်သကဲ့သို့
ဤအတူ တကောနုသယသည် မပြတ်သေးသည်ရှိသော် ဤဝဋ်သန္ဓေသည်
နေခြင်းစသော ဝဋ်ဆင်းရဲသည် အဖန်ဖန် ဖြစ်ပေါ်လာတော့သည်သာ
တည်း။

ကတော်ဖြစ်၏။ ကောဠာမုတကျောင်းနေအနုရုဒ္ဓါမထရ်ဆွမ်းခံကြရာ
တွင် တိုးအမတ်ကတော် သုမနကိုမြင်၍ ဘုရားလက်ဆက်တော်က ပက်မ
ငယ် ဖြစ်သည်။ ယခုအခါ အမတ်ကတော်ဖြစ်ပြီး အံ့သြဘွယ်ရှိစွ

မြန်မာကဗျာ

၃၃၉။ အကြင်သူအား ဖြစ်ပွားအာရုံ၊
ပြင်းထန်စွာတဲ သုံးဆယ့်ခြောက်ဖိုး၊
ယူမှားတွယ်ကပ် ဆက်စပ်ရာဂိုး၊
ကြံစည်များ ဆောင်သွားကြွလေကုန်။

339. In whom the thirty-six streams (of craving) that rush towards pleasurable objects are strong, then powerful, lustful thoughts carry of that misunderstanding person.

စကားပြေ။ ။ အကြင်လူ့လိင်အား နှစ်သက်ဖွယ်ပေါင်းသော အာရုံ
ကမရုဏ်းစီးဆင်းကတ်သော အားကြီးစွာသော
၃၆-ပါးသော အဏှာအသျှင်သည် စီးဆင်းလျက်ရှိနေရာ ကိုမှီ၍ဖြစ်ကုန်
သော အကြံအစည်တို့သည် ကောင်းသော အယူရှိသောသူကို ဆောင်
ယူကုန်၏။

ဟု မိန့်တော်မူသံကို ကြား၍ ဆိုအပ်ပြီးသော တဆယ့်သုံးဘဝကို
အောက်မေ့မိလျက် ရဟန်းမိန်းမပြု၍ မဟာသတိပဋ္ဌာနသုတ်ကို နာရာ

၃၄၀။ သဝန္တိ သဗ္ဗမိ သောတာ၊
လတာ ဥပ္ပဇ္ဇ တိဋ္ဌတိ။
ဓာဓိ သိသ္မာ လတံ ဇာတံ၊
မူလံ ပညာယ ဆိန္ဒယ။

အနက်—

သဗ္ဗမိ၊ ဂပ်သိမ်းဥဿုံ အလုံးစုံသော အာရုံခြောက်ပါးတို့၌။
သောတာ၊ မပြတ်အစဉ် တဏှာတည်းဟူသော အလျဉ်တို့သည်။
သဝန္တိ၊ ယုံစီးကုန်၏။ လတာ၊ ချုပ်စပ်မြှေးတွယ် တဏှာတည်း
ဟူသော နှယ်သည်။ ဥပ္ပဇ္ဇ၊ ခြောက်ပါးခွါရ ဖြစ်ပေါ်ကြ၍။
တိဋ္ဌတိ၊ ရူပါရုံ စသော အာရုံခြောက်ပါး၌ တည်၏။ ဇာတံ၊
ပေါ်ပေါက်ဖြစ်ပွားသော။ ဓာဓိ လတံ၊ ယိုတဏှာတည်းဟူသော
နှယ်ကို။ သိသ္မာ၊ မြင်ကုန်၍။ မူလံ၊ အမြစ်ရင်းကို။ ပညာယ၊ မဂ်
ပညာဖြင့်။ ဆိန္ဒယ၊ ဖြတ်ကုန်လော။

တွင် သောတာပန် ဖြစ်လေ၏။ အာသိဝိသုပဒသုတ်ကို နာယူရာတွင်
ရဟန္တာမ ဖြစ်လေသည်။

၃၄၁။ သရိတာနိ သိနေဟိတာနိ စ၊
သောမနဿာနိ ဘဝန္တိ ဇန္တုနော။
တေ သာတသိတာ သုခေသိနော၊
တေ ဝေ ဇာတိဇဗ္ဗပဂါ နရာ။

အနက်—

ဇန္တုနော၊ တဏှာအကြိုက် အလိုလိုက်သော သတ္တဝါ
အား။ သရိတာနိ စ၊ အဖန်တလဲလဲ အမြဲအောက်မေ့ခြင်းတို့
သည် လည်းကောင်း၊ သိနေဟိတာနိ စ၊ ချစ်ခြင်းတို့သည်
လည်းကောင်း။ သောမနဿာနိ စ၊ ဝမ်းမြောက်ခြင်းတို့သည်
လည်းကောင်း။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ တေ နရာ၊ တဏှာအကြိုက်
အလိုလိုက် ကုန်သော ထိုသတ္တဝါတို့သည်။ သာတသိတာ၊
သာယာရွှင်မြူးခြင်းစသော သောမနဿန္တိ မှီကုန်သည်။ ဟုတွာ၊
ဖြစ်ကုန်၍။ သုခေသိနော၊ ကာမချမ်းသာကို ရှာမှီးလေ့ရှိကုန်
သည်။ ဘဝန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။ တေ နရာ၊ ထိုသတ္တဝါတို့သည်။
ဝေ၊ စင်စစ်။ ဇာတိဇဗ္ဗပဂါ၊ ပဋိသန္ဓေနေခြင်း အိုခြင်းသို့
ကပ်ရောက်သည် မည်ကုန်သည်။ ဟောန္တိ၊ ဖြစ်ကုန်၏။

ပြန်မာကဗျာ

၃၄၀။ အာရုံ ခြောက်ပါး စီးသွားရေဟုန်၊
တဏှာနှယ်ဘဲ ခြောက်ဝဖြစ်ပုံ၊
တဏှာနှယ်မြစ် မြင်လင် ခါတုံ၊
မင်္ဂလာဏ်ဖြင့် ဖြတ်လင့် သတ်လင့်ကုန်။

340. The streams (cravings) flow everywhere. The creeper sprouts and stands; seeing the creeper that has sprung up, with wisdom cut off the root.

စကားပြေ။ ။ခပ်သိမ်းသော အားရုံခြောက်ပါးတို့၌ တဏှာ တည်းဟူသော ရေအလျဉ်သည် ယိုးစီးကုန်၏။ တဏှာတည်းဟူသော နွယ်သည် ခြောက်ခွါရ၌ ဖြစ်၍ (ခြောက်အာရုံ၌) တည်း၏။ ထွက်ပေါ်လာသော တဏှာတည်းဟူသော နွယ်ကို မြင်၍ မဂ်ပညာဖြင့် တဏှာနွယ်မြစ်ကို ဖြတ်ကြကုန်လော့။

မြန်မာကဗျာ

၃၄၁။ တဏှာအကြိုက် လိုလိုက် သတ္တဝါ၊
ချစ်ခင်က၊ သ ရှင်ပျလျက်သာ၊
ကမပျော်ကြူး ရှင်မြူးနက၊
ချမ်းသာတွေ ရှာလေ့ရှိကြတာ။
သန္ဓေကင်း အိုခြင်း ရောက်မည်သာ။

341. To beings there arise pleasures that rush (towards sense-objects) and are moistened (with craving); bent on pleasure they seek happiness. Verily, those men come to birth and decay.

စကားပြေ။ ။သတ္တဝါတို့အား လေးကိစ္ဆာရုံ ကမပုဏ္ဏားတို့သို့ ပြေးငင်ကုန်သော (ဆောက်မေ့ လွမ်းဆွတ်ကုန်သော) နှစ်သက် ချစ်ခင်ခြင်းတို့သည် ဖြစ်ပေါ်လာကြ၍ တဏှာဖြင့် စိုစွတ်ကုန်၏။ (ဝမ်းမြောက် ဝမ်းသာဖြစ်ကုန်၏) ဤ သတ္တဝါတို့သည် သာယာပျော်မြူးခြင်း (သောမနဿ) ကို မှီကုန်သည်ဖြစ်၍ ကမချမ်းသာကိုသာ ရှာမှီးလေ့ရှိကုန်လျက် စင်စစ် ပဋိသန္ဓေနေခြင်း အိုခြင်းသို့ ကပ်ရောက်ကြရကုန်၏။

with wisdom	မဂ်ပညာဖြင့်
that rush	ပြေးငင်ကုန်သော
moistened	စိုစွတ်စေသည်၊ (ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာဖြစ်သည်)

၃၄၂။ တသိဏာယ ပုရက္ခတာ ပဇာ၊
 ပရိသပ္ပန္နိ သသောဝ ဗန္ဓိတော။
 သံယောဇနသင်္ဂသတ္တကာ၊
 ဒုက္ခမုပေန္တိ ပုနပုနံ စိရာယ။

အနက်— တသိဏာယ၊ တဏှာသည်။ ပုရက္ခတာ၊ ဝိုင်းရံအပ်ကုန်သော။
 ပဇာ၊ သတ္တဝါတို့သည်။ ဗန္ဓိတော၊ မုဆိုးကျော့ကွင်း၌မိသော။
 သသောဝ၊ ယုန်ငယ်ကဲ့သို့။ ပရိသပ္ပန္နိ၊ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့ကုန်
 ၏။ သံယောဇနသင်္ဂသတ္တကာ၊ ကာမရာဂစသော သံယောဇန
 အနှောင်အဖွဲ့၌ ငြိမိကပ်ကုန်သော သူတို့သည်။ စိရာယ၊ ရှည်မြင့်
 စွာ။ ပုနပုနံ၊ အဖန်တလဲလဲ။ ဒုက္ခံ၊ ပဋိသန္ဓေနေခြင်းစသော
 ဆင်းရဲသို့။ ဥပေန္တိ၊ ကပ်ရောက်ကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၄၂။ တဏှာဝိုင်းပတ် ရံအပ်သူတို့၊
 ကွင်းမိ ယုန်လား ကြောက်အားပိုနေ၊
 ကာမနေ့ ငါကြီး ဘင်တိုးသူတွေ၊
 ထပ်တလဲ ဆင်းရဲ ရောက်ရပေ။

342. Folk enwrapt in craving are terrified like a
 captive hare; held fast by fetters and bonds, for long
 they come to sorrow again and again

စကားပြေ။ တဏှာဝိုင်းပတ် ဖွဲ့နှောင်အပ်ကုန်သော သတ္တဝါတို့သည်
 (မုဆိုးကျော့ကွင်း၌) မိသော ယုန်ငယ်ကဲ့သို့ ကြောက်ရွံ့
 ကုန်၏။ ကာမရာဂစသော သံယောဇနအနှောင်အဖွဲ့တို့၌ ဖြစ်စွာဖွဲ့နှောင်
 ခြင်း ရှိကုန်သည်ဖြစ်၍ ကြီးမြင့်စွာသော ကာလထိလုံး သူတို့သည်
 အဖန်ဖန် (ပဋိသန္ဓေနေခြင်းစသော) ဆင်းရဲသို့ ရောက်ကာ ပင်ပန်း
 ရွာကြကုန်၏။

enwrap	ရံပတ်ဖွဲ့နှောင်အပ်ကုန်သော
hare	ယုန်ငယ်
fetter	သံယောဇန (အနှောင်အဖွဲ့များ)

၃၄၃။ တသိကာယ ပုရက္ခတာ ပဇာ၊
 ပရိသပ္ပန္နိ သသောဝ ဗန္ဓိတော။
 တသ္မာ တသိဏံ ဝိနောဒယေ၊
 အာဟာရံ ဝိရာဂမတ္တနော။

အနက်—

တသိကာယ၊ တဏှာသည်။ ပုရက္ခတာ၊ ဝိုင်းရံအပ်ကုန်သော။
 ပဇာ၊ သတ္တဝါတို့သည်။ ဗန္ဓိတော၊ မုဆိုးကျော့ကွင်း၌မိသော။
 သသောဝ၊ ယုန်သွယ်ကဲ့သို့။ ပရိသပ္ပန္နိ၊ ထိတ်လန့်ကြောက်ရွံ့
 ကုန်၏။ တသ္မာ၊ ထိုကြောင့်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ ဝိရာဂံ၊ ရာဂ
 စသည် အညှီ ငါးမှန် ပြည်နိဗ္ဗာန်လို့။ အာဟာရံန္တော၊ တောင့်
 တသော ရဟန်းသည်။ တသိဏံ၊ တဏှာကို။ ဝိနောဒယေ၊
 အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် ဖြတ်လျက်စွန့်ခွါ ပယ်ဖျောက်ရာ၏။

မြန်မာစာဗျာ

၃၄၃။ တဏှာဝိုင်းပတ် ရံအပ်သူမှာ၊
 ကွင်းမိယုန်လား ကြောက်အား ပိုကာ၊
 မိမိရာဂ ကင်းရအောင်သာ၊
 တောင့်တဘိ နေသည့် ထိသူမှာ။
 တဏှာယုတ် မျိုးပြုတ် ပယ်ဖျောက်ရာ။

343. Folk enwrappt in craving are terrified like a captive hare; therefore a bhikkhu, who wishes his own passionlessness (Nibbāna), should discard craving.

စကားပြေ။ ။ တဏှာ ရံပတ် ဖွဲ့နှောင်အပ်ကုန်သော သတ္တဝါတို့သည်
 မုဆိုးကျော့ကွင်း၌မိသော ယုန်သွယ်ကဲ့သို့ ကြောက်ရွံ့
 ကြကုန်၏။ ထို့ကြောင့် မိမိ၏ ရာဂကင်းရာ နိဗ္ဗာန်ကိုအလိုရှိသော ရဟန်း
 သည် တဏှာကို ပယ်ဖျောက်ရာ၏။

terrified	ကြောက်ရွံ့ကုန်သည်
passionlessness	တဏှာကင်းရာနိဗ္ဗာန်
discard	ပယ်ဖျောက်သည်

၂၄၃။ ဝိဗ္ဗန္တဘိက္ခု ဇတ္တု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရှင်ဗြဟ္မာပြည် ငွေငွေဝန်ကျောင်းတော်၌
နေထိုင်မှုသောအခါ ရှင်မဟာကဿပမထေရ်၏ တပည့်ရဟန်းငယ်
တပါးသည် ဈာန်သမာပတ်မပြီးမှ ဦးရီးသမီး၌တပ်နှစ်သက်၍ လူထွက်
၏။ ခိုးသူတို့နှင့်တကွ ခိုးမှုကိုပြုရာတွင် မင်းစိုးတို့ ဖမ်းမိ၍ သတ်ခြင်းငှါ
တောင်တံခါးဖြင့်ထုတ်၍ သွားသည်ကို ဆွမ်းခံ လှည့်လည်သော
ရှင်မဟာကဿပမြင်၍ ရွှေက လေ့ကျက်သော တရားကို နှလုံးသွင်း
လော့ဟု ဆုံးမရာတွင် နှလုံးသွင်း၍ ဈာန်သမာပတ် ရလေ၏။
(လုပ်တိုင်း) သင်္ချိုင်းသို့ ရောက်၍ တံကျင်လျှိုအံ့သည်တွင် မကြောက်
မရွံ့ အံ့ဖွယ်အရံရှိ၍ မင်းကြီးအား တင်လျှောက်ရာတွင် လွတ်စေ၏။

၃၄၄။ ယော နိဗ္ဗနတော ဝနာဓိမုတ္တော၊
ဝနမုတ္တော ငနမေဝ ဓာဝတိ။
တံ ပုဂ္ဂလဇေထ ပဿထ၊
မုတ္တာ ဗန္ဓနမေဝ ဓာဝတိ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ နိဗ္ဗနတော၊ လူ၏
အဖြစ်၌ ကပ်ငြိတ်စွာ တဏှာတည်းဟူသော တောမှ လွတ်ထွက်
ခွါရှောင်လျက်။ ဝနာဓိမုတ္တော၊ ခံ့ဖွပ်ဟူသော ဆိုရအသင့် အကျင့်
တည်းဟူသော တောသို့ ကိုင်ညွတ်သည်။ ဓာဝတိ၊ ဖြစ်၏။
ဝနမုတ္တော၊ အိမ်ယာမဲ့ကာ တဏှာတည်းဟူသော တောမှ လွတ်ပြီး
ဖြစ်ပါလျက်။ ငနမေဝ၊ အိမ်ယာမဲ့ကာ တဏှာတည်းဟူသော
တောသို့သွားလျှင်။ ဓာဝတိ၊ တဖန်ပြေးဝင်၏။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထို
ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဇေထ ပဿထ၊ လာ၍ရှုကြကုန်လော့။ သော
ပုဂ္ဂလော၊ ဤပုဂ္ဂိုလ်သည်။ မုတ္တာ၊ အိမ်ယာ အနှောင်အဖွဲ့မှ
လွတ်ပြီး ဖြစ်ပါလျက်။ ဗန္ဓနမေဝ၊ အိမ်ယာ အနှောင်အဖွဲ့သို့
သွားလျှင်။ ဓာဝတိ၊ ပြေးဝင်၏။

ဘုရားရှင်သည်လည်း ဂန္ဓကုဋ္ဌီတိုက်တော်မှ ရောင်ခြည်တော်လွှတ်လျက် တရားဟောတော်မူခြင်းငှါ “ယော နိဗ္ဗနတော ဝနာဓိမုတ္တော” ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ ထို ဂါထာအဆုံး၌ ယောတာပနံ တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၄၄။ တဏှာတောထွက် ညွတ်လျက်တောပင်၊
 တောမှ လွတ်လဲ တောထဲပြေးဝင်၊
 ထိုသူကိုတုံ့ လာခဲ့ကြည့်ချင်၊
 နောင်ဖွဲ့မှ လွတ်ရပါလျက်ပင်။
 နောင်အတွင်း သက်ဆင်း ပြေးခါဝင်။

344. Whoever with no desire (for the household) finds pleasure in the forest (of asceticism), and though freed from desire (for the household), (yet) runs back to that very home, behold that very man! Freed he runs back to that very bondage.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် အိမ်ယာဖွဲ့ကာ တဏှာတည်းဟူသော တောမှ ထွက်ပြီး ဖြစ်ပါလျက် ခိဗ္ဗဝိဟာရ ဆိုရအသင့် အကျင့်တည်းဟူသော တောသို့ ညွတ်ကိုင်၏။ အိမ်ယာဖွဲ့ကာ တဏှာတည်းဟူသော တောမှလွတ်ပြီး ဖြစ်ပါလျက် အိမ်ယာတည်ထောင် တဏှာတည်းဟူသော တောတောင်သို့ပင် ပြေးဝင်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ရှုကြကုန်လော့။ အနောင်အဖွဲ့မှ လွတ်ပြီးဖြစ်လျက် အိမ်ယာအနောင် အဖွဲ့သို့ပြေးဝင်၏။

၂၄၄။ ဗန္ဓနာဂါရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်း
တော်၌ နေပေင်မူသောအခါ၊ နှောင်အိမ်၌ သွင်းသားကုန်သော
လူတို့ကို ရဟန်းတို့ဆွမ်းခံရာတွင် မြင်ခဲ့၍ ဘုရားရှင်အား မြင်ခဲ့
ကြောင်းကို လျှောက်ကုန်၏။ ဘုရားရှင်သည် ချစ်သားတို့...၍

၂၄၅။ န တံ ဒဠိ ဗန္ဓနမာဟု ဓီရာ၊
ယဒါယသံ ဒါရုဇ ဗုဇဉ္ဇ၊
သာရတ္ထရတ္တာ မဏိကုဏ္ဍလေသု၊
ပုတ္တေသု ဒါရေသု စ ယာ အပေက္ခာ။

၂၄၆။ ဧတံ ဒဠိ ဗန္ဓနမာဟု ဓီရာ၊
ဩဟာရိနံ သိထိလံ ဒုပ္ပမုဉ္ဇံ။
ဧတမ္ပိ ဆေတွာန ပရိဗ္ဗဇန္တိ၊
အနပေက္ခိနော ဇာမသုခံ ပဟာယ။

အနက်—

အယသံ၊ သံဖြင့်ပြုအပ်သော။ ယံ ဗန္ဓနဉ္စ၊ အကြင် သံခြေချင်း
အနှောင်အဖွဲ့သည်လည်းကောင်း။ ဒါရုဇံ၊ သစ်သားဖြင့် ပြုအပ်
သော။ ယံ ဗန္ဓနဉ္စ၊ အကြင် ထိတ်တုံးစသော အနှောင်အဖွဲ့သည်
လည်းကောင်း။ ပဗ္ဗဇံ၊ ပြိန်းမြက် လျှော်မျှင်တို့ဖြင့် ပြုအပ်သော။
ယံ ဗန္ဓနဉ္စ၊ အကြင် ကြိုးစသော အနှောင်အဖွဲ့သည်လည်းကောင်း။
အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ တံ ဗန္ဓနံ၊ ထိုကဲ့သို့သော အနှောင်အဖွဲ့မျိုးကို။ ဒဠိ၊
မြဲမြံဆောင်ခဲ့ အနှောင်အဖွဲ့ဟူ၍။ ဓီရာ၊ ဘုရားစသည့် ပညာရှိ
တို့သည်။ န အာဟု၊ မဆိုကုန်။ မဏိကုဏ္ဍလေသု စ၊ ပတ္တမြား
နားတောင်းတို့၌လည်းကောင်း။ ပုတ္တေသု ဒါရေသု စ၊ ပတ္တမြား
နားတောင်း ရောင်မောင်းလျှပ် တင့်တယ်စွာ ဝတ်ဆင်ကြကုန်
သော သား သမီး မယားတို့၌လည်းကောင်း။ သာရတ္ထရတ္တာ၊ ပြင်း
စွာ တပ်မက် နှစ်သက်ခြင်းရှိသည်ဖြစ်၍။ ယ၊ အပေက္ခာ၊ စိန်းစိန်း

နှောင်အိမ်သည် မြဲမြံသော နှောင်အိမ်မဟုတ်သေး။ ကာမဂုဏ်တည်း၊
ဟူသောနှောင်အိမ်သည်သာ မြဲမြံသော နှောင်အိမ်တည်းဟု မိန့်တော်

ကြည့်လျက် အကြင်ငဲ့ကွက်ခြင်း တည်းဟူသော တဏှာအနှောင်
အဖွဲ့သည်။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ ဗေတံ ဗန္ဓနံ၊ ထိုကိလေသာ ငဲ့ညှာဆောင်ခဲ့
အနှောင်အဖွဲ့ကို။ ဒဠိ၊ မြဲမြံ ခိုင်ခံ့သော။ ဗန္ဓနံ၊ အနှောင်အဖွဲ့
ဟူ၍။ ဓိရာ၊ ဘုရားစသည် ပညာရှိတို့သည်။ အာဟု၊ မိန့်ဆိုတော်
မူကုန်၏။ ဩဟာရိနံ၊ လေးပါးအပါယ် ကျစွယ်နှစ်မြှုပ် ယုတ်
နိမ့်ရာသို့ ဆောင်တတ်သော။ သိထိလံ၊ ဖွဲ့မှန်းမသိဖွဲ့သဖြင့် လျော့
ဟန်ရှိသော်လည်း။ ဒုပ္ပမုဉ္ဇံ၊ လွှတ်နိုင်ရန် ခဲသဉ်းသော။ တေမိ
ဗန္ဓနံ၊ ဤတဏှာတည်းဟူသော အနှောင်အဖွဲ့ကိုလည်း။ ဆေတွာန၊
ဉာဏ်သန်လျက်ဖြင့် ပယ်ဖျက်ဖြတ်တောက်၍။ ဝ၊ ရုန်းဖြတ်၍။
အနုပေက္ခိနော၊ ငဲ့ကွက်ဟွယ်တာခြင်းမရှိဘဲ။ ဟုဝ္ဗော၊ ဖြစ်၍။
ကာမသုခံ၊ ကာမဂုဏ်ချမ်းသာကိုးပဟာယ၊ ပယ်စွန့်ခြင်း အကျိုး
ငှါ။ ပရိဗ္ဗဇန္တိ၊ လုံ့လ ကြိုးကုတ် အားဟုတ်တော်မူကုန်၏။ ဝ၊
ရဟန်းပြုတော် မူကြကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၄၅။ သံခြေချင်းလုံး ထိက်ကုံးကြိုးတို့၊
မြဲအောင်ဖွဲ့လဲ နှောင်ဖွဲ့ဆို၊
ပတ္တမြားကောင်း နားတောင်းပန်လို
သမီးသား မယား ချစ်သူကို။
လွန်တပ်မက် ငဲ့ကွက်နှောင်ကြိုးဆို။

၃၄၆။ ကာမဂုဏ်ငဲ့ နှောင်ဖွဲ့ဟုဆို၊
အပါယ်ဘုံသို့ ဆောင်ပို့သကို၊
လွတ်ရန်ခက်ခဲ လျော့မြဲ စွဲပို၊
ဉာဏ်ဖြင့်ဖြတ် လူတတ် နှောင်ကြိုးကို။
ကာမစွန့်လျက် ငဲ့ကွက်မလို၊
တောထွက်မြန် ရဟန်းပြုကြဆို။

မူ၍ “န တံ ဇဉ္ဇံ ဗန္ဓုမဟု ဓီရာ” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

345. That which is made of iron, wood, or hemp is not a strong bond, say the wise; (but) that longing for jewels, ornaments, children, and wives is far greater an attachment.

346. That bond is strong, say the wise, it hurls down, yields, and is hard to loosen; this too they cut off, and leave the world, with no longing renouncing sensual pleasures.

စကားပြေ။ သံဖြင့်ပြုလုပ်အပ်သော သံခြေချင်းစသော အနှောင်အဖွဲ့၊ သစ်သားဖြင့်ပြုလုပ်အပ်သော ထိတ်တုံးစသော အနှောင်အဖွဲ့၊ မြက် လျော်မျှင်တို့ဖြင့် ပြုလုပ်အပ်သော ကြိုးစသော အနှောင်အဖွဲ့ကို ခိုင်မြဲသော အနှောင်အဖွဲ့မဟုတ်ဟု ပညာရှိတို့ဆိုကုန်၏။ ဗဟိဒ္ဓာများ နားတောင်းများနှင့် ဆင်ယင်ဝတ်စားထားသည့် သား သမီးနှင့် မယားတို့ကို အလွန်တပ်မက် တွယ်တာခြင်းအတွက် ငဲ့ကွက်ခြင်းကိုသာ ခိုင်မြဲသော အနှောင်အဖွဲ့ဟု ပညာရှိတို့ ဆိုကုန်၏။ (အပါယ်လေးပါး တည်းဟူသော ယုတ်နိမ့်ရာသို့ ဆောင်တတ်သော ဖွဲ့မှန်း မသိဖွဲ့သဖြင့်) လျော့ဟန်ရှိသော်လည်း လွတ်နိုင်ရန် ခဲယဉ်းသော ဤတဏှာတည်းဟူသော အနှောင်အဖွဲ့ကိုလည်း ဖြတ်တောက်၍ ပညာရှိတို့သည် ကာမဂုဏ်ချမ်းသာကို ပယ်ဖွင့်၍ (သား မယား စသည်တို့ကို) ငဲ့ကွက်ခြင်းမရှိပဲ ကောထွက် (ရဟန်းပြု)ကြကုန်၏။

hemp မြက်, လျော်မျှင်ဖြင့် ပြုလုပ်သောကြိုး
to lessen လွတ်ရန်

၂၄၅။ ခေမာထေရီ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ၊ ဗိမ္ဗိသာရမင်း၏ အဂ္ဂမဟေသီ ခေမာဒေဝီ
မိဖုရားသည် အဆင်းလှခြင်းဖြင့် မာန်ရစ်လျက် ဘုရားထံသို့ တရားနာ
မလာ နန်းတော်၌သာ အလှပြင်၍နေ၏။ တနေ့သောအခါ
ဝေဠုဝန်ဥယျာဉ်တော်၏ ရွာချင်စဖွယ် လွန်တင့်တယ်၍ မွေ့လျော်ဖွယ်

၃၄၇။ ယေရာဂရတ္တာ' နုပတန္တိ သောတံ၊
သယံ ကတံ မက္ကဋ္ဌကောဝ ဇာလံ။
တေမိံ ဆေတွာန ဝဇန္တိ ဓီဆု၊
အနပေက္ခိနော သဗ္ဗံ ဒုက္ခံ ပဟာယ။

အနက်—

မက္ကဋ္ဌကော၊ ပင့်ကူသည်။ သယံ ကတံ၊ မိမိသည် ပြုလုပ်အပ်
သော။ ဇာလံ၊ ပင့်ကူအိမ်သို့။ ဝ၊ စက်ကြိုးအသွင် ပင့်ကူမျှင်သို့။
အနုပတတိ ဣဝ၊ သက်ဆင်း ကျရောက်သကဲ့သို့။ ရာဂရတ္တာ၊
ရာဂ၌ တပ်ခက်မောကုန်သော။ ယေ သတ္တာ၊ အကြင်သတ္တဝါ
တို့သည်။ သန္တိ၊ ရှိကုန်၏။ တေ သတ္တာ၊ ယိုသတ္တဝါတို့သည်။
သယံ ကတံ၊ မိမိသည် ပြုအပ်သော။ သောတံ၊ တဏှာတည်းဟူ
သော ရေအလျဉ်သို့။ အနုပတန္တိ၊ သက်ဆင်းကျရောက်ရကုန်၏။
ဓီဆု၊ ပညာရှိတို့သည်။ တေမိံ ဗန္တံ၊ တဏှာအလျဉ် ကျဝင်ဆောင်
တဲ့ ထိုနှောင်အဖွဲ့ကိုလည်း ဆေတွာန၊ ပယ်ဖျက်ဖြတ်တောက်၍။
အနပေက္ခိနော၊ ငဲ့ကွက်ခြင်းမရှိတော့ပဲ။ သဗ္ဗံ ဒုက္ခံ၊ ကြွင်းမဲ့ဥသို့
အလုံးစုံသော ဆင်းရဲကို။ ပဟာယ၊ အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် ပယ်စွန့်၍။
ဝဇန္တိ၊ သွားကြကုန်၏။

ကောင်းကြောင်း၊ စားစား၊ ကြား၍ ဝေဠု ဝန်ဥယျာဉ်ကြည့် လာ
ရာတွင် ဘုရင့်အမိန့်ဖြင့် စိတ်မပျံ့ဘဲ ဘုရားသံအောက်လာသဖြင့် အဆင်း
မဝန်ဖြစ်နေသော ခေမာမိဖုရားကို အကြောင်းပြု၍ “ယေ ရာဂရတ္တာ
နုပကန္တိ သောတံ” ခေမာ ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ခေမာ
မိဖုရား မဟန်းပြုပြီးလျှင် အယုဟတ္တဖိုလ်၌တည်၍ လကျာတော်ရံ
အဂ္ဂသာဝိကာဖြစ်သို့ ရောက်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၄၇။	ပင့်ကူအေးနု	ကိုယ်ပြုလေပြန်၊
	ပင့်ကူအိမ်ကွင်း	သက်ဆင်းပုံဟန်၊
	ဘုရားပတ်ဝေ	ရေကြော နစ်ပြန်၊
	ညှာရှိ	ဖြတ်တံ တကျာမှန်၊
	ခွင့်ကုန်ပုံ	ဆင်းရဲ ပူပန်၊
	ပယ်စွန့်၍	သွားလေ့ရှိလေပြန်၊

347. They who are infatuated with lust fall back
into the stream as a spider on its self-spun web; this
too the wise cut off and wander, with no longing,
giving up all sorrow.

စကားပြေ။ “ပင့်ကူသည် မိမိပြုအပ်သော ပင့်ကူအိမ်သို့ သက်ဆင်း
(ပြန်) (ရောက်) သကဲ့သို့ ရာဂ တပ်မက် အနေခက်သော
သူတို့သည် (မိမိပြုအပ်သော) တကျာရေလျှင်သို့ သက်ဆင်းကျရောက်
ကုန်၏။ ညှာရှိတို့သည် ဤတကျာကိုလည်း ပယ်ဖြတ်၍ ဝဲကွက်ခြင်းမရှိပဲ
ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲကို စွန့်ပယ်လျက် (လှည့်လည်) သွားကြကုန်၏။

infatuated

ကပ်မက်မောကုန်သော၊ စွဲလမ်းကုန်သော

self-spun web

မိမိပြုအပ်သော ပင့်ကူအိမ်

၂၄၆။ ဥဂ္ဂသေန ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရာဇဂြိုဟ်ပြည်၌ ဆွမ်းခံလှည့်သည့်တော်မူရာတွင်
ဥဂ္ဂသေနကျမ်းသမားသည် ပြည်သူတို့အား အံ့ဖွယ်ကို ပြအံ့ဟု အတောင်
ခြောက်ဆယ်မြင့်သော ဝါးမှ ကောင်းကင်သို့ ခုန်၍ တဆယ့်လေးကြိမ်

၃၄၇။ မုဉ္ဇ ပုရေ မုဉ္ဇ ပစ္ဆိတော၊
မဇ္ဈေ မုဉ္ဇ ဘဝဏ ပါရဂူ။
သဗ္ဗတ္ထ ဝိမုတ္တမာနသော၊
န ပုန ဇာတိဇရံ ဥပေဟိသိ။

အနက်—

ပုရေ၊ ရွှေအတိတ်၌ ဖြစ်ခဲ့သော ခန္ဓာ၌။ တဏှံ၊ တပ်မက်
စွဲလမ်းတတ်သော တဏှာကို။ မုဉ္ဇ၊ စွန့်လွှတ်ပါ လေလော့။
ပစ္ဆိတော၊ နောက်ဖြစ်လာတ္တံ့သော အနာဂတ်ခန္ဓာ၌ တဏှံ၊
တပ်မက်စွဲလမ်းတတ်သော တဏှာကို။ မုဉ္ဇ၊ စွန့်လွှတ် ပါလေ
လော့။ မဇ္ဈေ၊ အလယ်ဖြစ်သော မျက်မှောက်ဖြစ်သည့် ပစ္စုပ္ပန်
ခန္ဓာ၌။ ဇာတိဇရံ၊ တပ်မက်စွဲလမ်းတတ်သော တဏှာကို။ မုဉ္ဇ၊ စွန့်လွှတ်
ပါလေလော့။ သဗ္ဗတ္ထ၊ ကာမဂ္ဂပ အဂ္ဂပဟု ကပသုံးပါး၏။
ပါရဂူ၊ ပရိညာအစ လေးပါးဖြည့်သုံး သဆုံးပေါ်ထွက် ကမ်း
တဘက်သို့ ရောက်သည်။ ဟုတော၊ ဖြစ်၍။ သဗ္ဗတ္ထ၊ အလုံးစုံသော
သင်္ခတ တရား၌။ ဝိမုတ္တမာနသော၊ တပ်မက်တတ်စွာ စွဲတဏှာကို
စွန့်လွှတ်သော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍။ ပုန၊ တဖန်။ ဇာတိဇရံ၊
ပဋိသန္ဓေနေခြင်း အံ့ခြင်းသို့။ န ဥပေဟိသိ၊ မကပ်ရောက်
ရတော့သည်သာတည်း။

ကျွမ်းထိုးပြီးမှ ဝါးပင်၌ တည်သည်ကို မြ်ဟော်မူ၍ ထိုကျွမ်းသမား
အား တရားဟောခြင်း ငှါ “မုဉ္ဇ ပုဇေ မုဉ္ဇ ပစ္ဆ တော” စသော ဂါထာ
ကို ဟောတော်မူသည်။ ဥဂ္ဂသေနသည် အရဟတ္တဖိုလ်၌ တည်၍ ဟော်
ဘိက္ခု ရဟန်းဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၄၈။	ဖြစ်ပြီး ဖြစ်လတ်	နာဂတ် ခန္ဓာ၊
	ဖြစ်ဆဲမှလဲ	အစွဲ တဏှာ၊
	ပယ်ခွါ လွတ်မြောက်	ကပ်ရောက်ပြီးကာ၊
	ခန္ဓာငါး	စွဲမှား စိတ်တွေကွာ။
	သန္ဓေကင်း	အိုခြင်း မရောက်ရာ၊

348. Let go the past, let go the future, let go the
present (front, back and middle); crossing to the father
shore of existence with mind released from everything,
do not again undergo birth and decay.

ကောဓပြေ ။ အတိတ် ခန္ဓာ၌ တဏှာကို စွန့်လွှတ်လော့။ အနာဂတ်
ခန္ဓာ၌ တဏှာကို စွန့်လွှတ်လော့။ (ဣဒမ၊ ဣပ၊ အဇ္ဈပ
ဆိုအပ်သော) အသုံးပါး၏ ကမ်းတဘက်သို့ ရောက်သည်ဖြစ်၍ အလုံး
စုံသော ခန္ဓာငါးပါး သင်္ခတတရားတို့၌ တပ်မက်စွဲမှား တဏှာတရားကို
စွန့်လွှတ်သော စိတ်ရှိသည်ဖြစ်၍ တဖန် ပဋိသန္ဓေနုခြင်း အိုခြင်းသို့
မကပ်ရောက် လေလင့်။

father shore of existence ဘဝ၏ တဘက်ကမ်း၊

၂၄၇။ စူဠဓနုဂ္ဂဟ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေထိုင်မှုသောအခါ မာတုကာမ၊ ဖျားယောင်းသောကြောင့် သာသနာတော်၌ မပျော်မွေ့ ငြီးငွေ့သော ရဟန်းတယောက်ကို ခေါ်တော်မူ၍ ရဟန်းသစ်သည် လွန်လေပြီးသော အခါ စူဠဓနုဂ္ဂဟ လေးသမားဖြစ်သောကာလ တက္ကသိုလ်မှအပြန် ခိုးသူကြီးနှင့် လုံးထွေးရာတွင် ခိုးသူကို ခေးရိုးကမ်း၍ သင့်ကို သတ်စေ သည်ကား အခြားသူမဟုတ် ဤမာတုကာမပင်တည်း ဟု စူဠဓနုဂ္ဂဟ ဇာတ်ကို ဟောတော်မူ၍ “ဝိတက္ကမထိတဿ ဇန္တုနော” စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ ငြီးငွေ့သောရဟန်း သောတာပန် တည်၏။

၃၄၉။ ဝိတက္ကမထိတဿ ဇန္တုနော၊
 ဟိဗ္ဗရာဂဿ သုဘာနုပဿိနော။
 ဘိယျော ဟဏှာ ပ ခုတိ၊
 သေ ခေါ ဒဠိ ကရောတိ ဗန္ဓနံ။

အနက်—

ဝိတက္ကမထိတဿ၊ ကာမဝိတက် စသည်ယှက်၍ နှိပ်စက် ထွေးလုံး ရစ်ပတ်တုန်းဖြစ်သော။ ဟိဗ္ဗရာဂဿ၊ ထက်မြက်လွန်ကဲ ထူးကဲသော ရာဂရှိသော။ သုဘာနုပဿိနော၊ နှစ်သက်ဖွယ်ကြုံ အာရုံ အသွယ်သွယ်၌ တင့်တယ်သည်ဟု အဖန်တလဲလဲ ရှုလေ့ရှိ သော။ ဇန္တုနော၊ သတ္တဝါအား။ တဏှာ၊ တဏှာသည်။ ပဝခုတိ၊ ကိုးပွား၏။ သေ ခေါသော၊ ထိုသူသည်။ ဗန္ဓနံ၊ မာရ်မင်း၏ အနှောင်အဖွဲ့ကို။ ပါ၊ တပ်ကော်တတ်စွာ တဏှာအနှောင်အဖွဲ့ကို။ ဒဠိ၊ မြဲမြံခိုင်ခံ့အောင်။ ကရောတိ၊ ပြု၏။

၃၅၀။ ဝိတက္ကပ္ပသမေဝ ယော ရတော၊
 အသုဘ ဘာဝယတေ သဒါသတော။
 သေ ခေါ ဗျန္တိ ကာဟိတိ၊
 သေ ဆေစ္ဆတိ မာရဗန္ဓနံ။

အနက်—

ယော၊ အကြင်သူသည်။ ဝိတက္ကပ္ပသမေဝ၊ မိစ္ဆာဝိတက် စပ်ယှက် ရုပ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းဆိုင်ရာ ဆယ်ဖြာအသုဘ ပဌမဈာန် ၌ သာလျှင်။ ရတော၊ မွေ့လျော်၏။ သဒါ၊ အခါခပ်သိမ်း။ သတော၊ သတိရှိသည်ဖြစ်၍။ အသုဘံ၊ အသုဘ ဘာဝနာကို။ ဝါ၊ မတင့်မတယ် ရွံဖွယ်မြင်ရ အသုဘ ဘာဝနာကို။ ဘာဝယတိ၊ ပွားစေ၏။ သေ၊ ဤသူသည်။ ဗျန္တိ၊ ကဝသုံးချက် တပ်မက် ဖြစ်ရာ တဏှာကင်းခြင်းကို။ ကာဟိတိ၊ ပြုလတ္တံ့။ သေ၊ ဤသူသည်။ မာရဗန္ဓနံ၊ မာရ်၏အနှောင်အဖွဲ့ကို။ ဆေစ္ဆတိ၊ ဖြတ်လတ္တံ့။

မြန်မာကဗျာ

၃၄၉။ ကာမဝိတက်	နှိပ်စက်သူမှာ၊
ထက်သန်ရာဂ	လွန်လှပေတာ၊
တင့်တယ်၏ဟု	မှတ်ရွှေဖန်ခါ၊
တဏှာများ	တိုးပွားနေတော့တာ၊
ခိုင်အောင်ပြု	ဖွဲ့မှု မာန်တဏှာ။

349. For the person who is perturbed by (evil) thoughts, who is of strong passions, who sees but the pleasurable, craving steadily grows. Indeed, he makes the bond strong.

စကားဖြေ။ ။ ကာမဝိတက် နှိပ်စက်မှုနှောက်သော ထက်သန်သော ရာဂရှိသော တင့်တယ်၏ဟု အဖန်တလဲလဲ ရှုလေ့ရှိသော သူများ တဏှာသည် မှန်စွာတိုးပွား၏။ အမှန်စင်စစ် သူသည် မာရ် မင်း၏ တဏှာအနှောင်အဖွဲ့ကို မြဲမြံခိုင်ခံ့အောင်ပြု၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၅၀။ မှားယွင်းစိတ်ကိန်း ချုပ်ငြိမ်းပျော်ရွှင်၊
 အသုဘပွား စိတ်ထားအစဉ်၊
 မာရ်တဏှာကင်း ပြုခြင်းသူပင်၊
 ဘုံသုံးပါး စွဲမှားတဏှာစင်၊
 မာရ်နှောင်ဖွဲ့ ဖြတ်တဲ့ ရှင်းအောင်ပင်။

350. He who delights in subduing (evil) thoughts, he who meditates on Impurity, he who is ever mindful, it is he who will make an end (of craving), he will cut Māra's bond.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် (မှားယွင်းကြံစည်သော) မိစ္ဆာဝိတက် ငြိမ်းခြင်း၌သာလျှင် မွေ့လျော်၏။ အခါခပ်သိမ်း သတိရှိကာ အသုဘဘာဝနာကို ပွား၏။ (ပွားစေ၏။) သူသည် သာလျှင် မာရ်တဏှာကို ကင်းအောင် ပြုလတ္တံ့။ (မာရ်၏ အနှောင်အဖွဲ့ကို ဖြတ်လတ္တံ့။)

is ever mindful အခါခပ်သိမ်း (အစဉ်) သတိရှိ၏
 will make an end
 of craving တဏှာ၏ကင်းခြင်း (အဆုံးလတ်ခြင်း) ကို ပြုလတ္တံ့။
 will cut Māra's မာရ်စင်း၏ အနှောင်အဖွဲ့ကို ဖြတ်လတ္တံ့။
 bond

၂၄၈။ မာရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မာရ်နတ်မင်းသည် ဆင်ပြောင်ကြီးဟန် ဖန်
ဆင်း၍ အရှင်ရာဟုလာမထေရ်ကို ခြိမ်းခြောက်လာ၏။ ဘုရားရှင်သည်

၃၅၁။ နိဗ္ဗာန်တော အသန္တာသိ၊
ဝိတတဏှော အနဂ်ဏော။
အစိန္တိ ဘဝသလ္လဘနိ၊
အန္တိမောယံ သမုဿယော။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အခြွင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ နိဗ္ဗာန်၊ ရဟန်းကိစ္စ
ကုန်ထအားလုံး ပြီးဆုံးခြင်း (အရဟတ္တဖိုလ်) သို့။ ဂတော၊
ရောက်၏။ အသန္တာသိ၊ တုန်လှုပ်ထိတ်လန့်ခြင်းမရှိ။ ဝိတတဏှော၊
ကင်းပြီးသောတဏှာရှိ၏။ အနဂ်ဏော၊ ကင်းပြီးသောကိလေသာ
ရှိ၏။ ဘဝသလ္လဘနိ၊ ဘဝသုံးထပ် လားကပ်စေ့ခြင်း ခြောင့်
တံသင်းတို့ကို။ အစိန္တိ၊ နှုတ်ပယ်ဖြတ်တောက်ပြီ။ အယံ သမုဿ-
ယော၊ ဤကိုယ်သည်။ အန္တိမော၊ အဆုံးစွန်သာတည်း။

မာရ်နတ်၏ အဖြစ်ကို သိတော်မူ၍ “နိဗ္ဗာန်တော အသန္တာသိ” စသော
နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

၃၅၂။ ဝိတတဏှော အနာဒါနော၊
နိရုတ္တိပဒကောဝိဒေါ၊
အက္ခရာနံ သန္နိပါတံ၊
ဇညာ ပုဗ္ဗာပရာနိ စ။
သ ဝေ အန္တိမသာရီရော၊
မဟာပဇညာ မဟာပုရိသသတိ ဝုစ္စတိ။

အနက်—

ဝိတတဏှော၊ ကင်းပြီးသော တဏှာရှိ၏။ အနာဒါနော၊
ခန္ဓာစသည်တို့၌ စွဲလမ်းခြင်းမရှိ။ နိရုတ္တိပဒကောဝိဒေါ၊ (စကား
တို့၏ အရင်းအမြစ် အဓိပ္ပာယ်ကို ဝေဖန်ရာ) နိရုတ္တိပဋိသမ္ဘိဒါ၌
လိမ္မာ၏။ အက္ခရာနံ၊ အက္ခရာတို့၏။ သန္နိပါတံ၊ အစုအဝေး
အပေါင်းတို့ကို လည်းကောင်း။ ပုဗ္ဗာပရာနိ စ၊ စ လယ် အဆုံး
သုံးပါးလုံးတို့ကို လည်းကောင်း။ ဇညာ၊ သိ၏။ အန္တိမသာရီရော၊
အဆုံးစွန်သော ကိုယ်ရှိသော။ သ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။
ဝေ၊ စင်စစ်။ မဟာပဇညာတိ၊ သိမ်းဆည်းတတ်စွာ ပညာ
ကြီးကျယ်သောသူ ဟူ၍။ မဟာပုရိသသတိ၊ လွတ်မြောက်စိတ်
ဓာတ်၊ မြင့်မြတ်သော ယောကျ်ားဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၅၁။ ပြုပြီးကိစ္စ	သမဏဗျာ၊
ထိတ်လန့်ပယ်ဖျက်	တပ်မက်ညစ်ကွာ၊
ဘဝငြောင့်သင်း	ဖြတ်စင်းပြီးကာ၊
ဆုံးစွန့်ပဲ	မလွဲ သူ့ခန္ဓာ။

351. He who has reached the goal, is fearless, is without craving, is passionless, has cut the thorns of life; this is his final body.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် ရဟန်းကိစ္စပြီးဆုံးခြင်း (အရဟတ္တဖိုလ်) သို့ ရောက်၏။ ထိတ်လန့်ခြင်းမရှိ၊ ကင်းပြီးသောတဏှာ ကိလေသာရှိ၏။ ဘဝသုံးထပ် လားကပ်စေခြင်း ပြောငဲ့တံသင်း တို့ကို ဖြတ်ပြီးဖြစ်၍ သူ၏ ဘဝခန္ဓာသည် အဆုံးစွန်သာတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၅၂။	ခန္ဓာအစွဲ	မြတ်စဲတဏှာ၊
	နိရုတ္တိပုဒ်	အဟုတ်လိမ္မာ၊
	အက္ခရာတို့	ပေါင်းလို့စုရာ၊
	ရွှေနောက်စပ်	ရှုမှတ်သိပေတာ။
	ဆုံးခန္ဓာရှိ	ထိုသည့်သူသာ၊
	ယောက်ျားမြတ်	လူတတ်ဆိုရမှာ။

352. He who is without craving and grasping, he who is skilled in etymology and terms, he who knows the grouping of letters and their sequence, it is he who is called the bearer of the final body, one of profound wisdom, a great man.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် တဏှာကင်း၏၊ စွဲလမ်းခြင်းမရှိ။ စကား အရင်းအမြစ်ကို ဝေဖန်ရာ နိရုတ္တိပုဒ်သမ္ဘိဒါ၌ လိမ္မာ တတ်သိ ပညာရှိ၏။ အက္ခရာတို့၏ အစုအဝေးနှင့် ရွှေနောက် အဆက် အသွယ်ကို သိ၏။ အဆုံးစွန်သော ကိုယ်ခန္ဓာရှိသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို နက်နဲသော ပညာရှိသူ ယောက်ျားမြတ်ဟု ဆိုအပ်၏။

၂၄၉။ ဥပကာ ဇီဝက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဗောဓိမဏ္ဍိုင်၌ “သဗ္ဗညုတ” ဘုရား အဖြစ်သို့ရောက်တော်မူ၍ “သတ္တ သတ္တာဟ” (လေးဆယ့်ကိုးရက်) အလွန်တင် “ပဉ္စဝဂ္ဂီ” (ငါးယောက်အဖွဲ့ရှိသော) ရဟန်းတို့အား ဓမ္မစကြာတရားကို ဟောတော်မူခြင်းငှါ မိဂဒါဝုန်ဘောသို့ ကြွတော် မူရာ လမ်းခရီး၌။ ဥပကာတက္ကတွန်းသည် ငါ့ရှင် သင်ကား အဘယ် သူကို ရည်၍ ရဟန်းပြုသနည်း၊ သင့်ဆရာကား ဘယ်သူနည်း၊ အဘယ်

၃၅၃။ သဗ္ဗဘိဘူ သဗ္ဗဝိဒုဟမသ္မိ၊
သဗ္ဗေသု ဓမ္မေသု အနုပလိတ္တော။
သဗ္ဗဉ္စဟော တဏှက္ခယေ ဝိမုတ္တော၊
သယံ အဘိညာယ ကမုဗ္ဗိသေယျ။

အနက်—

ဥပကာ။ အို ဥပကာ။ အဟံ။ ငါသည်။ သဗ္ဗဘိဘူ။ ကြွင်းမဲ့ ဥဿုံ အလုံးစုံသော (တေဘူမက) တရားတို့ကို နှိမ်နင်း၍ပြီးပြီ။ သဗ္ဗဝိဒု။ အလုံးစုံသော (စတုဘူမက) တရားတို့ကို သိသည်။ အသ္မိ။ ဖြစ်ပြီ။ သဗ္ဗေသု။ အလုံးစုံကုန်သော၊ ဓမ္မေသု။ ဘုံသုံးပါး၌ ဖြစ်သော တေဘူမက တရားတို့၌။ အနုပလိတ္တော။ တဏှာဒိဋ္ဌိ ဖြင့် ကပ်ငြိခြင်းမရှိသည်။ အသ္မိ။ ဖြစ်ပြီ။ သဗ္ဗဉ္စဟော။ အလုံးစုံ သော တေဘူမက တရားတို့ကိုစွန့်သည်။ တဏှက္ခယေ။ တဏှာ၏ ကုန်ရာအရဟတ္တဖိုလ်၌။ ဝိမုတ္တော။ အသေကွသော လွတ်မြောက် ရာဖြင့် ကိလေသာမှ လွတ်သည်။ အသ္မိ။ ဖြစ်ပြီ။ သယံ။ မိမိ အလိုလို ကိုယ်တိုင်သာလျှင်။ အဘိညာယ။ ထူးကဲသောဉာဏ်ဖြင့် အလုံးစုံသောတရားတို့ကို သိသည်ဖြစ်၍။ ကံ။ အဘယ်သူကို။ ဥဗ္ဗိသေယျ။ ငါ့ဆရာဟု ညွှန်းပြရအံ့နည်း။

တရားကို နှစ်သက်သနည်းဟု မေးရာတွင် “ သဗ္ဗညု ” (ဘုရား) အဖြစ် ကို ဝန်ခံတော်မူခြင်းငှါ “ သဗ္ဗာဘိဘူ သဗ္ဗဝိဒ္ဓဟမသ္မိ ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၅၃။	ဓမ္မခပင်း	နှိမ်နင်း သိပြီ၊
	ဘုံသုံးပါးထဲ	လူးလဲကင်းသည်၊
	လုံးစုံတရား	ငါကား စွန့်ပြီ၊
	တဏှာခန်း	ညစ်နွမ်း လွတ်တော့သည်၊
	တရားဉာဏ်ပိုင်	ကိုယ်တိုင် သိပြီ၊
	ငါ့ဆရာ	ဘယ်မှစ ညွှန်းနိုင်ပြီ။

353. All have I overcome, all do I know; from all am I detached, all have I renounced; wholly absorbed am I in the "Destruction of craving". Having comprehended all by myself whom shall I call my teacher?

စကားပြေ။ ။ ငါသည် အလုံးစုံသော (တေဘူမက) တရားတို့ကို အောင်မြင် နှိမ်နင်းပြီးပြီ။ အလုံးစုံသော (စတုဘူမက) တရားတို့ကို သိ၏။ အလုံးစုံသော တဏှာအညစ်အကြေးမှ ခွါပြီးပြီ။ (မလိမ်းကျံတော့ပြီ) အလုံးစုံသော (တေဘူမက) တရားတို့ကို စွန့်ပြီ။ ငါသည် တဏှာ၏ကင်းရာ အရတ္တဖိုလ်၌ တည်သည်ဖြစ်၍ အလုံးစုံသော ကိလေသာမှလွတ်ပြီ။ (ကံသေသာ အားလုံးလွတ်ရာကို အာရုံပြုပြီ၊ စိတ် ဝင်စားပြီ။) မိမိအလိုလို ကိုယ်တော်တိုင် ထူးသောဉာဏ်ဖြင့် တရားအား လုံးကို သိပြီဖြစ်၍ ဘယ်သူ့ကို ငါ့ဆရာဟု ညွှန်းပြရအံ့နည်း။

၂၅၀။ သက္ကပဉ္စရာဇ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေယျဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ တပါးသော စကြဝဠာမှ စည်းဝေးရောက်လာ
သော နတ်ပရိသတ်နှင့်တကွ သိကြားမင်းသည် မြတ်စွာဘုရား အထံ
တော်သို့ကပ်၍ ဒါနတွင် အဘယ်ဒါနသည် လွန်ကဲပါသနည်း။
အရသာတွင် အဘယ်အရသာလွန်ကဲပါသနည်း။ မွေ့လျော်ခြင်းတွင်
အဘယ် မွေ့လျော်ခြင်း လွန်ကဲပါသနည်း။ ဆင်းရဲခပ်သိမ်းကို အောင်
နိုင်သည်ကား အဘယ်တရားပါနည်း ဟု- ပြဿနာ လေးပါးကို

၃၅၄။ သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ၊
သဗ္ဗရသံ ဓမ္မရသော ဇိနာတိ။
သဗ္ဗရတိ ဓမ္မရတိ ဇိနာတိ၊
တဏှက္ခယော သဗ္ဗဒုက္ခံ ဇိနာတိ။

အနက်-

ဓမ္မဒါနံ၊ တရားတည်းဟူသော အလှူသည်။ သဗ္ဗဒါနံ၊
ခပ်သိမ်းသော အလှူတို့ထက်။ ဇိနာတိ၊ မြတ်၏။ (တနည်း)
သဗ္ဗဒါနံ၊ ခပ်သိမ်းသော ဒါနကို။ ဓမ္မဒါနံ၊ တရားတည်းဟူသော
အလှူသည်။ ဇိနာတိ၊ ကြီးမားဖွံ့ဖြိုး လွှမ်းမိုးအောင်နိုင်၏။ ဓမ္မ-
ရသော၊ တရားတည်းဟူသော အရသာသည်။ သဗ္ဗရသံ၊ ခပ်သိမ်း
သော အရသာထက်။ ဇိနာတိ၊ မြတ်၏။ ဓမ္မရတိ၊ တရားဖြင့်
မွေ့လျော်ခြင်းသည်။ သဗ္ဗရတိ၊ အလုံးစုံသော (သားမယား
စည်းစိမ် ဥစ္စာ ကခြင်း သိခြင်း တီးမှုတ်ခြင်းစသော) မွေ့လျော်
ဘွယ်ဟူသမျှထက်။ ဇိနာတိ၊ မြတ်၏။ တဏှက္ခယော၊ တဏှာ၏
ကုန်ရာနိဗ္ဗာန်သည်။ သဗ္ဗဒုက္ခံ၊ ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲထက်။
ဇိနာတိ၊ မြတ်၏။ (ဝါ၊ ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲကို အောင်နိုင်၏။)

လျှောက်ထားလေ၏။ ဘုရားရှင်သည့် ထိုပြဿနာကို ဖြေတော်မူခြင်း
 ၄၂ “သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ ဇိနာတိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်
 မူသည်။ ရှစ်သောင်း လေးထောင်သော နတ်တို့အား “ဓမ္မာဘိသမယ”
 တရားထူးကို ရကြလေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၅၄။ တရားလှက	မြတ်လှလှတင်၊
တရားမြတ်လှ	ရသ စုံလင်၊
တရားပျော်မွေ့	မြတ်ပေပျော်ရွှင်၊
တဏှာခန်း	မြတ်နိုး နိဗ္ဗာန်ပင်၊
ဆင်းရဲလုံး	ကုန်ဆုံးမြတ်သည်ပင်။

354. The gift of Truth excels all gifts; the flavour
 of Truth excels all flavours; the pleasure in Truth
 excels all pleasures; he who has destroyed craving
 overcomes all sorrow.

စကားပြေ။ ။ တရားအလှသည် အလှအားလုံးထက် မြတ်၏။ တရား
 အရသာသည် အရသာ အားလုံးထက်မြတ်၏။ တရား
 တော်၌ မွေ့လျော်ခြင်းသည် မွေ့လျော်ဖွယ် အားလုံးထက် မြတ်၏။
 တဏှာကုန်ပြီးသောသူသည် ဆင်းရဲအပေါင်းကို လွှမ်းမိုးအောင်နိုင်၏။

၂၅၁။ အပုတ္တကသေဋ္ဌိဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အလွန်တရား နှမြောစုံမက်တတ်သောသဌေးကြီး
တယောက်ဆေ၍ အမွေခံမရှိသောကြောင့် ဥစ္စာများစွာသည် မင်း

၃၅၅။ ဟနန္တိ ဘောဂါ ဒုမ္မေခံ၊
နော စ ပါရဂဝေသိနော။
ဘောဂတဏှာယ ဒုမ္မေခေ၊
ဟန္တိ အညေဝ အတ္တနံ။

အနက်—

ဘောဂါ၊ လောကီရိပ်ငြိမ် စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့သည်။ ဒုမ္မေခံ၊
သိမြင်ယွင်းနဲ့ ပညာမဲ့သောသူကို။ ဟနန္တိ၊ အပါယ်ချဆွဲ ညှဉ်းဆဲ
သတ်ဖြတ်ကုန်၏။ ပါရဂဝေသိနော၊ နိဗ္ဗန်စခန်း ဟိုဘက်ကမ်း
သို့ ကူးသန်းရောက်နည်း မျှာမှီးလေ့ ရှိကုန်သော သူတို့ကို။
ဘောဂါ၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့သည်။ နော စ ဟနန္တိ၊ မညှဉ်းဆဲ
မသတ်ဖြတ်နိုင်ကုန်။ ဝါ၊ မဖျက်ဆီးနိုင်ကုန်။ ဒုမ္မေခေ၊ ပညာ
မဲ့သောသူသည်။ ဘောဂတဏှာယ၊ စည်းစိမ်ဥစ္စာ ပြင်းစွာ
ငမ်းငမ်း စွဲလမ်းတပ်မက်သော တဏှာဖြင့်။ အညေ၊ သူဟပါး
တို့ကို။ ဟန္တိ၊ ထူဝ၊ သနားမဖက် ရက်စက်ညှဉ်းဆဲ သတ်ဖြတ်
သက်သို့။ အတ္တနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။ ဟန္တိ၊ အပါယ်ချဆွဲ ညှဉ်းဆဲ
သတ်ဖြတ်လေဟတည်း။

ဘဏ္ဍာဖြစ်လေပြီဟု ကောသလမင်းကြီး လျှောက်ရာတွင် “ဟနန္တိ
ဘောဂါ ဒုဗ္ဗေဓံ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၅၅။ ပညာမဲ့အား စီးပွားသတ်တာ၊
နိဗ္ဗာန်ရှာတတ် ညှဉ်းသတ်နိုင်ပါ၊
အခြားသူများ သတ်ငြား ပမာ၊
စည်းစိမ်မက် သတ်ဖျက်ကိုယ်ကိုသာ။

355. Riches ruin the foolish, but not those in quest of the Beyoned (Nibbāna); through craving for riches, the foolish one ruins himself as (if he were ruining) others.

စကားပြေ။ ။ စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့သည် ပညာမဲ့သောသူကို ညှဉ်းဆဲသတ်
ဖြတ်ကုန်၏။ သံသရာ ဟိဘက်ကမ်း (နိဗ္ဗာန်) ကို ရှာမှီး
သော သူတို့အား စည်းစိမ်ဥစ္စာတို့သည် မညှဉ်းဆဲနိုင်။ ပညာမဲ့သော
သူတို့အား စည်းစိမ်ဥစ္စာအတွက် တပ်ကော်သော တဏှာဖြင့် သူတပါး
တို့ကို ညှဉ်းဆဲသတ်ဖြတ်သကဲ့သို့ မိမိကိုယ်ကို ဖျက်ဆီး သတ်ဖြတ်၏။

quest

ရှာမှီးခြင်း၊

through craving

တပ်ကော်သောတဏှာဖြင့်

၂၅၂။ အင်္ဂုရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် တာဝတိံသာနယ်ပြည် ကသပ်ပင်ရင်း
“ဝတ္ထုကမ္မဿ” မြွေကျောက်ဖျဉ် အဘိဓမ္မာ ဓာရားတော်ကို
ဟောတော်မူလျက် ဝါတွင်းသုံးလပတ်လုံး သီတင်းသုံးနေတော်မူသော

၃၅၆။ တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊
ရာဂဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တသ္မာ ဟိ ဝိတရာဂေသု၊
ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

အနက်—

ခေတ္တာနိ လယ်ယာတို့သည်။ တိဏဒေါသာနိ၊ မြက်ပေါင်း
တို့ကြောင့် အပြစ်ရှိကုန်၏။ အယံ ပဇာ၊ ဤသတ္တဝါ အပေါင်း
သည်။ ရာဂဒေါသာ၊ တဏှာ ရာဂကြောင့် အပြစ်ရှိကုန်၏။
တသ္မာဟိ တသ္မာ ဧဝံ၊ ထို့ကြောင့်သာလျှင်။ ဝိတရာဂေသု၊ ရာဂ
ကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌။ (တို့အား။) ဒိန္နံ၊ ပေးလှူသော အလှူ
သည်။ မဟပ္ပလံ၊ ကြီးမြတ်သော အကျိုးရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

၃၅၇။ တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊
ဒေါသဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တသ္မာ ဟိ ဝိတဒေါသေသု၊
ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

အနက်—

ခေတ္တာနိ လယ်ယာတို့သည်။ တိဏဒေါသာနိ၊ မြက်ပေါင်း
တို့ကြောင့် အပြစ်ရှိကုန်၏။ အယံ ပဇာ၊ ဤသတ္တဝါ အပေါင်း
သည်။ ဒေါသဒေါသာ၊ အမျက်ဒေါသကြောင့် အပြစ်ရှိကုန်၏။
တသ္မာဟိ တသ္မာ ဧဝံ၊ ထို့ကြောင့်သာလျှင်။ ဝိတဒေါသေသု၊
အမျက် ဒေါသကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား။ ဒိန္နံ၊ ပေးလှူသော
အလှူသည်။ မဟပ္ပလံ၊ ကြီးမြတ်သော အကျိုးရှိသည်။ ဟောတိ၊
ဖြစ်၏။

အခါ သာသနာတော်ပ ကာလဝယ် ငါးဆယ့်နှစ်ယူဇနာ တိုင်တိုင်
အချင်းချင်း ထိသော စားဖိုခုံလောက် အစဉ်ဖြင့် အနှစ်တသောင်း

မြန်မာကဗျာ

၃၅၆။ လယ်ယာ ပေါင်းဖျက် သီးထွက် နှစ်နာ၊
သတ္တဝါပြစ်ရ ရာဂ ကြောင့်သာ၊
ထိုကြောင့် တပ်ကင်း လူခြင်းက သာ၊
အကျိုးကြီး တိုးပြီး မြတ်လှပါ။

356. Weeds are the bane of fields, lust is the bane of this mankind; hence what is given to the lustless yields abundant fruit.

စကားပြေ။ မြက်ပင် ပေါင်းစင်သည် လယ်ယာတို့၏ အပြစ်မည်၏။
(လယ်ယာတို့သည် မြက်ပေါင်းကြောင့် အပြစ်ရှိကုန်၏။)
ဤသတ္တဝါ အပေါင်းသည် တဏှာမှောင်ကြောင့် အပြစ် ရှိကုန်၏။
ထို့ကြောင့်သာလျှင် ရာဂကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ပေးလှသော အလှ
သည် ကြီးမြတ်သော အကျိုးရှိ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၅၇။ လယ်ယာ ပေါင်းဖျက် သီးထွက် နှစ်နာ၊
သတ္တဝါပြစ်ရ ဒေါသ ကြောင့်သာ၊
ထိုကြောင့် မျက်ကင်း လူခြင်းက သာ၊
အကျိုးကြီး တိုးပြီး မြတ်လှပါ။

357. Weeds are the bane of fields, hatred is the bane of this mankind; hence what is given to those rid of hatred yields abundant fruit.

စကားပြေ။ လယ်ယာတို့သည် မြက်ပေါင်းတို့ကြောင့် အပြစ်ရှိကုန်၏။
ဤသတ္တဝါအပေါင်းသည် အမျက်ဒေါသကြောင့် အပြစ်ရှိ
ကုန်၏။ ထို့ကြောင့်သာလျှင် အမျက် ဒေါသ ကင်းသော ထိုပုဂ္ဂိုလ်အား
ပေးလှသော အလှသည် ကြီးမြတ်သော အကျိုးရှိ၏။

မတ်လုံး အလှူကြီးပေးသော အင်္ဂုရုနတ်သားသည် တန်ခိုးကြီးသော
နတ်တို့၏ အာနုဘော်ကို မခံနိုင်၍ တဆယ့်နှစ်ယူဇနာအရပ်က စာရား
တော်ကိုနာရ၏။ အရှင် နုရုဒ္ဓါအား တယောက်မ မျှသော ဆွမ်းကို

၃၅၈။ တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊
မောဟဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တသ္မာ ဟိ ဝိတ မောဟေသု၊
ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

အနက်—

ခေတ္တာနိ၊ လယ်ယာတို့သည်။ တိဏဒေါသာနိ၊ မြက်ပေါင်း
ထို့ကြောင့် အပြစ်ရှိကုန်၏။ အယံ ပဇာ၊ ဤသတ္တဝါ အပေါင်း
သည်။ မောဟဒေါသာ၊ တွေဝေမှိုက်မဲခြင်း (မောဟ) ကြောင့်
အပြစ်ရှိကုန်၏။ တသ္မာဟိ တသ္မာပေ၊ ထို့ကြောင့် သာလျှင်။
ဝိတမောဟေသု၊ မောဟကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ် တို့အား။ ဒိန္နံ၊ ပေး
လှူသော အလှူသည်။ မဟပ္ပလံ၊ ကြီးမြတ်သော အကျိုး ရှိသည်။
ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

၃၅၉။ တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ၊
ဣစ္ဆာဒေါသာ အယံ ပဇာ။
တသ္မာ ဟိ ဝိဂတိစ္ဆေသု၊
ဒိန္နံ ဟောတိ မဟပ္ပလံ။

အနက်—

ခေတ္တာနိ၊ လယ်ယာတို့သည်။ တိဏဒေါသာနိ၊ မြက်ပေါင်း
ထို့ကြောင့် အပြစ်ရှိကုန်၏။ အယံ ပဇာ၊ ဤသတ္တဝါ အပေါင်း
သည်။ ဣစ္ဆာဒေါသာ၊ အလိုရမ္မက်ကြောင့် အပြစ် ရှိကုန်၏။
တသ္မာဟိ တသ္မာပေ၊ ထို့ကြောင့်သာလျှင်။ ဝိဂတိစ္ဆေသု၊ အလို
ရမ္မက်ကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား။ ဒိန္နံ၊ ပေးလှူသော အလှူသည်။
မဟပ္ပလံ၊ ကြီးမြတ်သော အကျိုးရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

လူဘူးသော ဣန္ဒြေကနုတ်သားကား နောက်သို့ မဆုတ်ရပဲ မယ်တော်
သန္တုဿိတ နတ်သားနှင့်တကွ လက်ျာ ဒူးစော်ပါး၌ တရားနာနိုင်
သည်ကို မြင်တော်မူ၍ ဒါနဟူသည့် ရွေးချယ်စိစစ်၍ ပြုသင့်သည်ကို

မြန်မာကဗျာ

၃၅၈။ လယ်ယာမြေကွက်	ပေါင်းဖျက်နှစ်နား
တွေဝေမှုတက်	ပြစ်ချက်သတ္တဝါ၊
ထိုကြောင့်မိုက်ကင်း	လူခြင်းကသာ၊
အကျိုးကြီး	တိုးပြီးမြတ်လှပါ။

358. Weeds are the bane of fields, delusion is the bane of this mankind; hence what is given to those rid of delusion yields abundant fruit.

ကားဖြေ။ ။လယ်ယာတို့သည် မြက်ပေါင်းတို့ကြောင့်အပြစ်ရှိကုန်၏။
ဤသတ္တဝါအပေါင်းသည် တွေဝေမိုက်မဲခြင်း(မောဟ)
ကြောင့် အပြစ်ရှိကုန်၏။ ထိုကြောင့်သာလျှင် မောဟ ကင်းသော ထို
ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ပေးလှူသော အလှူသည် ကြီးမြတ်သော အကျိုးရှိ၏။
(ပါဠိတော်နည်း)

ပြတော်မူခြင်းငှါ “တိဏဒေါသာနိ ခေတ္တာနိ” စသော လေးဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။ အဆုံး၌ ဣန္ဒက နတ်သားတို့သည် သောဓာပန်
တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၅၉။ လယ်ယာမြေကွက်	ပေါင်းဖျက်နစ်နာ၊
အလိုကြီးလျက်	ပြစ်ချက်သတ္တဝါ၊
ထို့ကြောင့်လိုကင်း	လှူခြင်းကသာ၊
အကျိုးကြီး	တိုးပြီးမြတ်လှပါ။

359. Weeds are the bane of fields, desire is the bane of this mankind; hence what is given to the desireless yields abundant fruit.

စကားပြေ။ ။ပေါင်းမြက်သည် လယ်ယာတို့၏ အပြစ်ဒေါသ မည်၏။
အလိုရမ္မက်သည် ဤသတ္တဝါအပေါင်း၏ အပြစ်ဒေါသ
ဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် အလိုရမ္မက်ကင်းသော ပုဂ္ဂိုလ်တို့အား ပေးလှူသော
အလှူသည် ကြီးမြတ်သော အကျိုးရှိ၏။ (ကြီးမြတ်သော အကျိုးကို
ပေး၏။) (အင်္ဂလိပ်နည်း)

တက္ကသိုလ်-တက္ကသိုလ် ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိက ၁

အခန်း ၂၅။

ဘိက္ခုဝဂ်-ရဟန်းအုပ်စု

၂၅၃။ ပဉ္စဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဓုတ္တိပြည့် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ စက္ခုနာသက (လျက်စိနား) စသော ခြောက်

၃၆၀။ စက္ခုနာ သံဝရော သာဓု၊
သာဓု သောတေန သံဝရော။
ဃာနေန သံဝရော သာဓု၊
သာဓု ဇိဝှိယ သံဝရော။

အနက်—

စက္ခုနာ၊စက္ခုဒ္ဓါရဖြင့်။ဝါ၊စက္ခုဒ္ဓါရ၌။သံဝရော၊အကုသိုလ်
တရား မဖြစ်ပွားအောင် ကြိုးစား စောင့်စည်းခြင်းသည်။သာဓု၊
ကောင်း၏။ သောတေန၊ သောတဒ္ဓါရ နားပေါက်ဝဖြင့်။ ဝါ၊
သောတဒ္ဓါရ နားပေါက်ဝ၌။ သံဝရော၊ အကုသိုလ်တရား
မဖြစ်ပွားအောင် ကြိုးစား စောင့်စည်းခြင်းသည်။ သာဓု၊
ကောင်း၏။ဃာနေန၊ဃာနဒ္ဓါရ နှာခေါင်းဝဖြင့်။ဝါ၊ဃာနဒ္ဓါရ
နှာခေါင်းဝ၌။ သံဝရော၊ အကုသိုလ်တရား မဖြစ်ပွားအောင်
ကြိုးစားစောင့်စည်းခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်း၏။ ဇိဝှိယ၊
ဇိဝှိဒ္ဓါရလျှာစောင်းဝဖြင့်။ဝါ၊ဇိဝှိဒ္ဓါရ လျှာဝ၌။ သံဝရော၊
အကုသိုလ်တရား မဖြစ်ပွားအောင် ကြိုးစား စောင့်စည်းခြင်း
သည်။ သာဓု၊ကောင်း၏။

ဒွါရ (ခြောက်တံခါး) တွင် အဘယ် ဒွါရ (တံခါး) သည် စောင့်နိုင်
ခဲသနည်းဟု ရဟန်းငါးပါးတို့ လျှောက်ထား အပ်သော
ပြဿနာကို ဖြေဆိုခြင်းငှါ “ စက္ခုနာ သံဝရော သာဓု ” စသော
နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုရဟန်း ငါးပါးတို့သည် သော
တာပန်တည်လေကုန်၏။

၃၆၁။ ကာယေန သံဝရော သာဓု၊
သာဓု ဝါစာယ သံဝရော။
မနသာ သံဝရော သာဓု၊
သာဓု သဗ္ဗတ္ထ သံဝရော။
သဗ္ဗတ္ထ သံဝုဒတာ ဘိက္ခု၊
သဗ္ဗဒုက္ခာ ပမုစ္စတိ။

အနက်—

ကာယေန၊ ကာယဝိညတ် နှစ်ရပ်ဖော်ပြ ကိုယ်ဒွါရ၌၊ သံဝရော၊
စောင့်စည်းခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်း၏။ ဝါစာယ၊ ဝစီဝိညတ်
နှစ်ရပ်ဖော်ပြ ဝစီဒွါရ၌။ သံဝရော၊ စောင့်စည်းခြင်းသည်။
သာဓု၊ ကောင်း၏။ မနသာ၊ နှလုံးဒွါရ ဟဒယ၌။ သံဝရော၊
စောင့်စည်းခြင်းသည်။ သာဓု၊ ကောင်း၏။ သဗ္ဗတ္ထ၊ စက္ခုဒွါရ
စသည်ဥဿုံ အလုံးစုံတို့၌။ သံဝရော၊ စောင့်စည်းခြင်းသည်။
သာဓု၊ ကောင်း၏။ သဗ္ဗတ္ထ၊ စက္ခုဒွါရ စသည်ဥဿုံ အလုံးစုံတို့၌။
သံဝရော၊ အကုသိုလ်တရား မဖြစ်ပွားအောင် ကြိုးစား စောင့်
စည်းသော။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်းသည်။ သဗ္ဗဒုက္ခာ၊ ခပ်သိမ်းသော
ဆင်းရဲမှု။ ပမုစ္စတိ၊ လွတ်မြောက်ရလေသတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၆၀။ အကုသိုလ်ညစ် မဖြစ်အောင်သာ၊
 မျက်စိ နားဝ စောင့်မှ ကောင်းတာ၊
 နှာခေါင်း လျှာတွင် ပြစ်မဝင်သာ၊
 စောင့်စည်းမှ လှလှ ကောင်းဝေတာ။

360. Good is restraint in the eye; good is restraint in the ear; good is restraint in the nose; good is restraint in the tongue.

စကားပြေ။ ။ မျက်စိ၌ အကုသိုလ်မဖြစ်ရန် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ နား၌ အကုသိုလ်မဖြစ်ရန် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ နှာဝ၌ အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ လျှာ၌ အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၆၁။ ကိုယ်နှုတ်နှလုံး စောင့်သုံးနေမှု၊
 ကောင်းမြတ်ပြစ်ဝေး အေးအေး လူလူ၊
 ခွါရလုံးစုံ လုံခြုံအောင်မှု၊
 စောင့်စည်းထား ကောင်းငြားမြတ်ပေသူ။
 လုံးစုံစေ ငုံ့မင်း ရဟန်းဘိက္ခု။
 ဒုက္ခသိမ်း လွတ်ငြိမ်းအေးတော်မှု။

361. Good is restraint in deed; good is restraint in speech; good is restraint in mind; good is restraint in everything. The bhikkhu restrained everywhere is freed from all sorrow.

စကားပြေ။ ။ ကိုယ်ဖြင့် အကုသိုလ်မဖြစ်ရန် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ နှုတ်ဖြင့် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ စိတ်နှလုံးဖြင့် စောင့်စည်းခြင်းသည် ကောင်း၏။ အလုံးစုံသော ခွါရတို့၌ အကုသိုလ်မဖြစ်အောင် စောင့်စည်းသော ရဟန်းသည် ခပ်သိမ်းသော ဆင်းရဲမှ လွတ်မြောက်၏။

၂၅၄။ ဟံသဿတကဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဟင်္သာငှက်ကို ပစ်သတ်သော ပဉ္စင်းနှစ်ပါး

၃၆၂။ ဟတ္ထသံယတော၊ ပါဒသံယတော၊
ဝါစာသံယတော၊ သံယတုတ္ထမော။
အဇ္ဈတ္တရတော၊ သမာဟိတော၊
ဧကော သန္တုဿိတော၊ တမာဟု ဘိက္ခု။

အနက်—

ဟတ္ထသံယတော၊ (လက်လှုပ်ကစား သူတပါးကို ပုတ်ခတ်ခြင်း စသည်တို့၏ မရှိသောအားဖြင့်) လက်ကို စောင့်စည်းခြင်းရှိ၏။ ပါဒသံယတော၊ (ခြေလှုပ်ကစား သူတပါးကို ပုတ်ခတ်ခြင်း စသည်တို့၏ မရှိသောအားဖြင့်) ခြေကို စောင့်စည်းခြင်းရှိ၏။ ဝါစာသံယတော၊ (မုသာဝါဒ စသည်ပယ်ဖြုတ်) နှုတ်၏ စောင့်စည်းခြင်းရှိ၏။ သံယတုတ္ထမော၊ (ကိုယ်လှုပ်ခေါင်းထောင် မျက်မှောက်ဖောက်ပြန် ဟန်ဆောင်အတု မပြုခြင်းကြောင့်) မြတ်သော စောင့်စည်းခြင်းရှိ၏။ အဇ္ဈတ္တရတော၊ (ဂေါစရတ္တဟု ဆိုအပ်သော) ကမ္မဋ္ဌာန်းဘာဝနာ၌ မွေ့လျော်၏။ သမာဟိတော၊ ကောင်းစွာ တည်ကြည်၏။ ဧကော၊ အဖော်မလှောက် တယောက်တည်း နေလေ့ရှိသည်။ ဟုတ္တာ၊ ဖြစ်၍။ သန္တုဿိတော၊ (ဝိပဿနာ အကျင့်မှစ၍ မိမိရအပ်သော တရားဖြင့်) နှစ်သက် ရောင့်ရဲသော စိတ်ရှိ၏။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်း ဟူ၍။ အာဟု၊ မိန့်ဆိုတော်မူကုန်၏။

ကို အကြောင်းပြု၍ “ ဟတ္ထသံယတော ပါဒသံယတော ” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၆၂။ လက်၊ခြေ၊နှုတ်လည်း	စောင့်စည်းရှိစေ၊
ခေါင်းထောင် မျက်ကုပ်	ဟန်လုပ်မနေ၊
ကောင်းမြတ်စောင့်စည်း	ပျော်ပြီး ပွားနေ၊
တယောက်ထဲ	နေလဲ ထောင်ရဲစေ၊
ရဟန်းမြတ်	ခေါ်အပ် ထိုသူတွေ။

362. He who is controlled in hand, foot, speech, and in the highest (head), he who delights in meditation, and is composed, he who is alone and contented, him they call a bhikkhu.

စကားပြေ။ ။အကြင်သူသည် လက်၊ခြေ၊ နှုတ်တို့ကို စောင့်စည်းခြင်းရှိ၏။ (ခေါင်းထောင် မျက်ကုပ် ဟန်လုပ် မနေခြင်းဖြင့်) မြတ်သောစောင့်စည်းခြင်းရှိ၏။ (ကောင်းစွာစီးဖြန်းရသော) ကမ္မဋ္ဌာန်းဘဝနာ၌မွေ့လျော်၍ စိတ်တည်ကြည်ကာ တယောက်ထည်းဟည်းနေ၍ ရသမျှနှင့် ထောင်ရဲသောသူကို ရဟန်းဟုခေါ်သည်။

၂၅၅။ ကောကာလိက ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရှင်သာရိပုတ္တရာ၊ ရှင်မောဂ္ဂလာန်တို့ကို ဆဲရေး

၃၆၃။ ယော မုခသံယတော ဘိက္ခု၊

မန္တဘာဏိ အနုဒ္ဓတော။

အတ္တံ ဓမ္မဉ္စ ဒီပတိ၊

မဇုရံ တဿ ဘာသိတံ။

အနက်--

ယော ဘိက္ခု၊ အကြွင်းရဟန်းသည်။ မုခသံယတော၊ (ကြမ်း
ကြုတ်မြက်လို မဆီမဖွင့်) နှုတ်ဖြင့် စောင့်စည်း၏။ မန္တဘာဏိ၊
(ရွှေနောက်နှစ်ပြင် သိမြင်ဘတ်စွာ) ပညာဖြင့် ပြောဆိုလေ့ရှိ၏။
အနုဒ္ဓတော၊ (ပျံ့လွင့်ကင်းဝေး) ငြိမ်းအေးသော စိတ်ရှိ၏။
အတ္တဉ္စ၊ အနက်အဓိပ္ပါယ်ကိုလည်းကောင်း။ ဓမ္မဉ္စ၊ ဒေသနာပါဠိ
ကိုလည်းကောင်း။ (ဝါ၊ ဘုရားဟောဖော် ကဏ္ဍတော်ကိုလည်း
ကောင်း။) ဒီပတိ။ ဟောပြတတ်၏။ တဿ ဘိက္ခုနော၊
ထိုရဟန်း၏။ ဘာသိတံ၊ (ပါဠိအနက် နှစ်ချက်ဖြစ်ငြား) ပြော
ဆိုသော စကားသည်။ မဇုရံ၊ အထူးအချွန် ကောင်းမွန်သာယာ
လှပေ၏။

၍ မြေမျိုသော ကောကာလိက ကို အကြောင်းပြု၍ “ ယော မုခ-
သံယတော ဘိက္ခု ” ဟောသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၆၃။ အကြင်ရဟန်း	နှုတ်ကြမ်း မဆို၊
ပညာမိန့်ဟ	စိတ်ကအေးလို၊
နက်ဓိပ္ပာယ်ပြ	ဓမ္မဟောဆို၊
ထိုရဟန်း	မိန့်ခွန်းအလွန်ချို။

363. That Bhikkhu who is controlled in tongue, who speaks wisely, who is not puffed up, who explains the meaning and the text, sweet, indeed, is his speech.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ရဟန်းသည် နှုတ်ကိုစောင့်စည်း၏။ ပညာဖြင့်
ပြောဆိုလေ့ရှိ၏။ ပျံ့လွင့်ကင်းဝေး ငြိမ်းအေးသော စိတ်
ရှိ၏။ အနက်အဓိပ္ပာယ်နှင့် ဘုရားဟောဖော် တရားတော်ကို ဟောပြ
တတ်၏။ ထိုရဟန်း၏ ပြောဆိုသောစကားသည် အလွန်ချို၏။

၂၅၆။ ဓမ္မာရာမတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သုဏ္ဏဒိန္န သက်တော်ထင်ရှား ရှိခိုက် အရဟတ္တ
ဖိုလ်ကို ရအောင်ယူအံ့ဟု-တပါးသော ရဟန်းတို့နှင့် စကားမပြောပဲ
တရားကို အားထုတ်နေသော ဓမ္မာရာမ ရဟန်းကို အကြောင်းပြု၍

၃၆၄။ ဓမ္မာရာမော ဓမ္မရတော၊
ဓမ္မံ အနုဝိစိန္တယံ၊
ဓမ္မံ အနုဿရံ ဘိက္ခု၊
သဒ္ဓမ္မာ န ပရိဟာယတိ။

အနက်--

ဓမ္မာရာမော၊ သမထ ဝိပဿနာ ဘာဝနာတရားတည်းဟူသော
မွေ့လျော်ရာရှိသော။ ဓမ္မရတော၊ သမထ ဝိပဿနာ ဘာဝနာ
တရား၌ မွေ့လျော်တတ်သော။ ဓမ္မံ၊ သမထ ဝိပဿနာဘာဝနာ
တရားကို။ အနုဝိစိန္တယံ - အနုဝိစိန္တယန္တော၊ အဖန်တလဲလဲ အမြဲ
ကြံစည်အောက်မေ့နေသော။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်းသည်။ သဒ္ဓမ္မာ၊
ဗောဓိ' ပက္ခိယတရား၊ လောကုတ္တရာတရားမှ။ န ပရိဟာယတိ၊
မဆုတ်ယုတ်တော့သည်သာလျှင်တည်း။

“ဓမ္မာရာမော ဓမ္မရတော” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။
ဓမ္မာရာမ မာဏရံ ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၆၄။ ကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ပျော်ပိုက်မွေ့လျော်၊
တရားတော်မှန် ဖန်ဖန်ကြံ့ခန့်၊
အောက်မေ့စီးဖြန့် ရဟန်းမှန်သော်၊
တရားမှ ယုတ်စွာ - ရှိနော်။

364. That bhikkhu who dwells in the Dhamma, who delights in the Dhamma, who meditates on the Dhamma, who well remembers the Dhamma, does not fall away from the sublime Dhamma.

ကေားပြေ။ ။ (သမထ ဝိပဿနာဘာဝနာ) ကမ္မဋ္ဌာန်း တရား၌
 မွေ့လျော်လျက် သမထ ဝိပဿနာဘာဝနာကို အဖန်
 တလဲလဲ ကြံစည်အောက်မေ့ကာ တရားသဖြင့်နေသော ရဟန်းသည်
 ဗောဓိပက္ခိယတရား (လောကုတ္တရာတရား) မှ မဆုတ်ယုတ်နိုင်။

dwells

well remembers

does not fall away

from the sublime Dhamma

နေထိုင်သည်၊ ကိန်းအောင်းသည်

ကောင်းစွာအောင်မေ့သည်

မဆုတ်ယုတ်နိုင်

ဗောဓိပက္ခိယတရားမှ

(လောကုတ္တရာတရားမှ)

၂၅၇။ ဝိပက္ခသေကေဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဒေဝဒတ် အပင်းအသင်းဖြစ်သော ရဟန်းနှင့်

၃၆၅။ သလဘံ နာတိမညေယျ၊
နာညေသံ ပိဟယံ စရေ။
အညေသံ ပိဟယံ ဘိက္ခု၊
သမာဓိံ နာမိ ဂစ္ဆတိ။

ဘိက္ခု၊ ရဟန်းသည်။ သလဘံ၊ မိမိအား ဖြစ်ပေါ်လာ
သော လာဘ်ကို။ နာတိမညေယျ၊ (နည်းသည်မှတ်ထင်) မထိမဲ့
မြင် မအောက်မေ့ရာ။ အညေသံ၊ သူတပါးတို့၏။ လာဘံ၊ လာဘ်
ကို။ ပိဟယံ- ပိဟယန္တော၊ မြတ်နိုးတောင့်တလျက်။ န စရေ၊
မပြုမကျင့်ရာ။ အညေသံ၊ သူတပါးတို့၏။ လာဘံ၊ လာဘ်ကို။
ပိဟယံ-ပိဟယန္တော၊ မြတ်နိုးတောင့်တသော။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်း
သည်။ သမာဓိံ၊ စိတ်၏ တည်ကြည်ခြင်းကို။ (ဝါ၊ ဥပစာရ၊
အပ္ပနာ နှစ်ဖြာသော သမာဓိကို။) နာမိဂစ္ဆတိ၊ မရနိုင်။

၃၆၆။ အပ္ပလာဘောပိ စေ ဘိက္ခု၊
သလဘံ နာတိမညတိ။
တံ ဝေ ဒေဝါ ပသံသန္တိ၊
သုဒ္ဓါဇီဝိံ အတန္တိတံ။

အနက်—

ဘိက္ခု၊ ရဟန်းသည်။ အပ္ပလာဘောပိ၊ လာဘ်ပင်နည်း
သော်လည်း။ သလဘံ၊ (တရားနှင့်အညီ ဝေဖန်၍ရသော) မိမိ
၏ လာဘ်ကို။ စေ နာတိမညတိ၊ အကယ်၍ မထိမဲ့မြင် မအောက်
မေ့ပါလျှင်။ သုဒ္ဓါဇီဝိံ၊ စင်ကြယ်သော အသက်မွေးခြင်းရှိ
သော။ အတန္တိတံ၊ ပျင်းရိခြင်းမရှိသော။ တံ ဘိက္ခု၊ ထိုရဟန်းကို။
ဝေ၊ စင်စစ်။ ဒေဝါ၊ နတ်တို့သည်။ ပသံသန္တိ၊ ချီးမွမ်းကြကုန်၏။

အပေါင်း အဖော်ပြုသော ရဟန်းတပါးကို အကြောင်းပြု၍
“သလာဘ် နာတိမညေယျ” စသော နှစ်ဂါထာကိုဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၆၅။ ကိုယ့်လာဘ်ကိုကြည့် မထိမဲ့မြင်၊
မအောက်မေ့တတ် သူ့လာဘ်မခင်၊
သူတပါးလာဘ် ချစ်မြတ်နိုးလျှင်၊
သမာဓိ မရှိ ရဟန်းတွင်။

365. Let him not despise what he has received, nor
farer envying (the gains) of others. The bhikkhu who envies
(the gains) of others does not attain concentration.

စကားပြေ။ ။ မိမိမှာရရှိသော လာဘ်လာဘကို (နည်းသည် မှတ်ထင်
ပြီး) မထိမဲ့မြင် မအောက်မေ့ရာ။ သူတပါးတို့၏ လာဘ်
လာဘကိုလည်း (အားကျပြီး) တောင့်တ နှစ်သက်မနေရာ။ သူတပါး
တို့၏ လာဘ်လာဘကို (အားကျပြီး) တောင့်တ နှစ်သက်သော ရဟန်း
သည် စိတ်၏တည်ကြည်ခြင်း (သမာဓိ) ကို မရနိုင်။

မြန်မာကဗျာ

၃၆၆။ နည်းငယ်ရရှိ မိမိလာဘ်တွင်၊
မအောက်မေ့ပြီ မထိမဲ့မြင်၊
သက်မွေးစင်ခြင်း မပျင်းရိလျှင်၊
ထိုသူအား နတ်များ ချီးမွမ်းတင်။

366. Though a recipient of little, if a bhikkhu does
not despise what he has received, even the gods praise
him who is pure in livelihood and is not solthful.

စကားပြေ။ ။ ရဟန်းသည် အနည်းငယ်သော လာဘ်ကို ရရှိသူပင်ဖြစ်
သော်လည်း တရားနှင့်အညီ ရသော မိမိလာဘ်ကို
မထိမဲ့မြင် မအောက်မေ့လျှင် စင်ကြယ်သော အသက်မွေးဝမ်းကျောင်း
ရှိ၍ မပျင်းမရိ လုံ့လရှိသော ရဟန်းကို နတ်များကတောင်ပင်
ချီးမွမ်းကြကုန်၏။

၂၅၈။ ပဉ္စဂ္ဂဒါယကဗြာဟ္မဏ စတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ လယ်ဦး၊ တလင်းဦး၊ နယ်ဦး၊ ထမင်းအိုးသို့ ထည့်ဦး၊ ထမင်းပွဲသို့ ခူးဦး ဤအဦး ငါးပါးကို လူလေ့ရှိသောကြောင့် ပဉ္စဂ္ဂမည်သော ပုဏ္ဏားအား အနာဂါမ်တည်အံ့သည်ကို မြင်တော်မူ၍ ထို ပုဏ္ဏားအိမ်သို့ကြွ၍ ဆွမ်းရပ်၏။ ပုဏ္ဏားလည်း ထမင်းစားဆဲဖြစ်၍ ထက်ဝက် စားပြီးသောထမင်းကို လှူပြီး၍ လောက၌ အတုမရှိသော ဂုဏ်တော်နှင့် ပြည့်စုံသော အာဓိဋ္ဌာန်များမျိုး ဖြစ်တော်မူလျက် ထက်ဝက်စားပြီးသော ထမင်းကို အလှူခံတော်မူပေသည်ဟု ကြည်ညို၍ အရှင်ဘုရားတို့သည် တပည့်သာဝကတို့အား ဘိက္ခုခေါ်ကုန်၏။

၃၆၇။ သဗ္ဗသော နာမဇ္ဈပသ္မိံ၊
ယဿ နတ္ထိ မမာယိတံ။
အသတာ စ န သောစတိ၊
သပေ “ဘိက္ခု”တိ ဝုစ္စတိ။

အနက်—

ယဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ သဗ္ဗသော သဗ္ဗသ္မိံ၊ အလုံးစုံသော။ နာမဇ္ဈပသ္မိံ၊ ခန္ဓာငါးပါး နာမ်ရုပ်တရား၌။ မမာယိတံ၊ ငါ ငါ၏ဥစ္စာဟု စွဲလမ်းမြတ်နိုးခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။ အသတာ-စ၊ ထို နာမ်ရုပ်တရား ချုပ်ပျက်၍ သွားပါသော်လည်း။ ဝါ၊ မြတ်နိုးစုံမက် နှစ်သက်စရာ ဘာမှမရှိသောကြောင့်လည်း။ န-သောစတိ၊ စိုးရိမ် ပူဆွေးခြင်းမရှိ။ သသော-ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဝေ၊ စင်စစ်။ ဘိက္ခုတိ၊ ဘိက္ခုဟူ၍။ ဝါ၊ ရဟန်းဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။

အကြောင်းကား အဘယ်နည်းဟု ပြဿနာလျှောက်ရာတွင် ဟောတော်
မူခြင်းငှါ “သဗ္ဗဿာ နာမရူပသ္မိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၆၇။ လုံးစုံနာမ်ရုပ် ငါစွဲပြုတ်သော်၊
 နာမ်ရုပ်ပျက်လဲ စိတ်ထဲမှာနော်၊
 စိုးရိမ်ထန်ပြင်း ရှင်းရှင်းကင်းသော်၊
 ထိုသူအား ခေါ်ငြား ရဟန်းတော်။

367. He who has no thought of "I and mine" whatever towards mind and body, he who grieves not for that which he has not, he is indeed called a bhikkhu.

စကားပြေ။ ။ (အလုံးစုံသော) ရုပ်တရား နာမ်တရား တို့၌ ငါ ငါ၏
 ဥစ္စာ ဟု “ထင်မြင်ယူဆစရာ” စွဲလမ်းစရာ ဘာတခုမှ
 မရှိ။ ထိုရုပ်နာမ်တရား ချုပ်ပျက်၍သွားမသော်လည်း စိုးရိမ်ပူဆွေးခြင်း
 မရှိသောသူကို စင်စစ် ရဟန်းဟုခေါ်သည်။

၂၅၉။ သမ္ပဟုလဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အဝန္တိတိုင်း၌ ကောဋိယဏ္ဍသောဏမထေရ်၏
အမိ ဒါယိကာမကြီးသည် ညဉ့်အခါ ရှင်သောဏမထေရ် တရားဟော

၃၆၀။ မေတ္တာဝိဟာရီ ယော ဘိက္ခု၊

ပသန္ဓော ဗုဒ္ဓသာသနော။

အဓိဂစ္ဆေ ပဒံ သန္တံ၊

သင်္ခါရူပသမံ သုခံ။

အနက်—

ယော ဘိက္ခု၊ အကြင်ရဟန်းသည်။ မေတ္တာဝိဟာရီ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်း
ဈာန် နှစ်ဟန်ပွားကာ ဓမ္မောဖြင့် နေလေ့ရှိ၏။ ယော ဘိက္ခု၊
ထိုရဟန်းသည်၊ ဗုဒ္ဓသာသနာ၊ မြတ်စွာဘုရား သာသနာတော်၌။
ပသန္ဓော၊ ကြည်ညိုလေးမြတ် ဆည်းကပ်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။
သန္တံ၊ ငြိမ်သက်သော။ သင်္ခါရူပသမံ၊ အလုံးစုံသော သင်္ခါရတို့
၏ ချုပ်ငြိမ်းရာဖြစ်သော။ သုခံ၊ တိုင်းတက်လွန်စွာ ချမ်းသာ
သော။ ပဒံ၊ နိဗ္ဗာန်သို့။ အဓိဂစ္ဆေ၊ ရသည်သာလျှင်တည်း။

သည်ကို နာစဉ် ခိုးသူ ကိုးရာတို့သည် အိမ်သို့တက်၍ အသပြောတိုက်၊
ရွှေတိုက်၊ ငွေတိုက် တို့ကိုဖွင့်၍ ယူသောကြောင့် ကျွန်မ-လာ၍

၃၆၉။ သိဉ္စ တိက္ခု ဣမံ နာဝံ၊
သိတ္တာ တေ လဟုမေဿတိ။
ဆေဘ္ဘာ ရာဂဉ္စ ဒေါသဉ္စ၊
တတော နိဗ္ဗာနမေဟိသိ။

အနက်—

တိက္ခု၊ အိုရဟန်း။ ဣမံ နာဝံ၊ ဤအတ္တဘောတည်းဟူသော
လှေမှ မိစ္ဆာဝိတက် ရေယိုထွက်သည်ကို။ သိဉ္စ၊ ပက်ထုတ်
သွန်ပစ်ပါလော။ တေ၊ သင်၏။ သိတ္တာ၊ မိစ္ဆာဝိတက် ရေယို
ထွက်သည်ကို ပက်ထုတ်သွန်ပစ်အပ်ပြီးသော။ နာဝံ၊ အတ္တဘော
လှေသည်။ လဟံ၊ ပေါ့ပါးလျင်စွာ။ မေဿတိ၊ နိဗ္ဗာန်ကမ်းသို့
ကူးသန်းထုတ်ချောက် ရောက်ပေလတ္တံ့။ ရာဂဉ္စ၊ ရာဂကို လည်း
ကောင်း။ ဒေါသဉ္စ၊ ဒေါသကို လည်းကောင်း။ ဆေဘ္ဘာ၊
ပယ်ဖျက်ဖြတ်တောက်၍။ တတော၊ ထိုသို့ ပယ်ဖျက် ဖြတ်တောက်
သောကြောင့်။ နိဗ္ဗာနံ၊ နိဗ္ဗာန်မည်သော ဆိပ်ကမ်းသာသို့။
မေဟိသိ၊ ရောက်ရလတ္တံ့။

ပြန်မာကဗျာ

၃၆၈။ မေတ္တာတရား ပွားများ နေသည်၊
သာသနာမြတ် ဆည်းကပ် ယုံကြည်၊
ငြိမ်သက်အေးမြ သုခ လွန်သည်၊
သင်္ခါငြိမ်း ဖျောက်ကိန်း နိဗ္ဗာန်ပြည်။

အရှင်မ...ခိုးသူတို့ အိမ်၌ ရွှေ ငွေ ဥစ္စာတို့ကို ယူလေကုန်ပြီဟု ပြော၏။
ခိုးသူတို့ ယူလိုတိုင်းယူစေ တရားနာပျက်အောင် မပြောလာနှင့်ဟု....

368. The bhikkhu who abides in loving-kindness, who is pleased with the Buddha's teaching, attains to that state of peace and happiness, the stilling of conditioned things.

စကားပြေ။ ။ မေတ္တာကမ္မဋ္ဌာန်း၌ ပွားများနေလေ့ရှိသော ရဟန်း
သည် ဘုရားရှင်၏ ဘာသာစကားကို ကြည်ညိုလေးမြတ်
ဆည်းကပ်၏။ ထိုရဟန်းသည် သင်္ခါရတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာဖြစ်သော
(အလွန်) ချမ်းသာ အေးမြသော နိဗ္ဗာန်ရှေ့ပြည်မြတ်သို့ ရောက်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၆၉။	အို...အို ရဟန်း	ရေသွန်း ကိုယ်လှေ၊
	ပက်သွန်ပြီးငြား	ပေါ့ပေါ့ မြန်လေ၊
	ရာဂ ဒေါသ	ဖြတ်ချ လှော်ပေ၊
	နိဗ္ဗာန်ကမ်း	တက်လှမ်း ရောက်ပါစေ။

369. Empty this boat, O bhikkhu! Emptied by you it will move swiftly; cutting oft lust and hatred, to Nibbāna you will thereby go.

စကားပြေ။ ။ (အို-ရဟန်း၊ ဤခန္ဓာကိုယ် အတ္တဘောတည်းဟူသော)
လှေမှ (မိစ္ဆာဝိတက်တည်းဟူသော) ရေကို ပက်ထုတ်
သွန်ပစ် ပါလော။ လင်ဟောင်းကိုယ်တိုင် ပက်ထုတ်ပြီးပါက ခန္ဓာကို
အတ္တဘော လှေသည် ပေါ့ပါး၍ လျင်မြန်စွာ နိဗ္ဗာန်ကမ်းသို့ ဆိုက်ရောက်
လတ္တံ့။ ရာဂ-ဒေါသ (ချစ်ခြင်း မုန်းခြင်း) ကို ဖယ်ဖြတ်၍ (ထိုသို့ပယ်ဖြတ်
သောကြောင့်) သင်သည် လျင်စွာ ကူးသန်းနိဗ္ဗာန်ကမ်းသို့ ရောက်ရလတ္တံ့။

lust and hatred	လောဘ ဒေါသ (ချစ်ခြင်း၊ မုန်းခြင်း)
thereby	သို့ဖြစ်၍ သို့ဖြစ်သောကြောင့် (ထိုသို့ပယ်ဖြတ်သောကြောင့်)

ဒါယိကာမကြီးဆိုသည်ကို ခိုးသူတို့ကြား၍ အလွန် ကြည်ညိုသော
ကြောင့် ခိုးသူ ကိုးရာတို့သည် အရှင်သောဏထံ ရဟန်းပြုကုန်၏။

၃၇၀။ ပဉ္စ ဆိန္ဒေ ပဉ္စ ဇဟေ၊
ပဉ္စ စတ္တရိ ဘာဝယေ။
ပဉ္စသင်္ဂါတိဂေါ ဘိက္ခု၊
“ဩဇတိဏ္ဏော”တိ ဝုစ္စတိ။

အနက်—

ပဉ္စ၊ ယူမှား၊ ယုံမှား ကိုးကွယ်မှားနှင့် ရန်ငြိုးထားတဲ့ ကာမဘုံ
တပ်မက် (ဩရဗ္ဘာဂီယ) သံယောဇဉ် ငါးချက်တို့ကို။ ဆိန္ဒေ၊
အောက်မေ့ သုံးပါးတို့ဖြင့် ပယ်ဖြတ်ပစ်ရ၏။ ပဉ္စ၊ ရူပါရူပ
တပ်မက်နှင့် မာနတံခွန် အမှန်မသိ (ဥဒ္ဓိဘာဂီယ) သံယောဇဉ်
ငါးခုတို့ကို။ ဇဟေ၊ အရဟတ္တမဂ်ဖြင့် ပယ်ဖြတ် စွန့်ပစ်ရ၏။
ပဉ္စ စ၊ ယုံကြည်အားသန် စိတ်ကြံသတိ သမာဓိပညာ ငါးဖြာ
သော ဣန္ဒြေတို့ကိုလည်း။ စတ္တရိ၊ အလွန်။ ဘာဝယေ၊ ပွားများ
ရ၏။ ပဉ္စသင်္ဂါတိဂေါ၊ လောဘ၊ ဒေါသ မိုက်မောဟနှင့် မာန၊
ဒိဋ္ဌိ ကပ်ငြိမိတ်စွာ ငါးဖြာမှ လွတ်မြောက်ရသည်။ ဟုတူ၊
ဖြစ်၍။ ဝါ၊ ဖြစ်သောကြောင့်။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်းကို။
ဩဇတိဏ္ဏောတိ၊ သံသရာဝဲဩဇကို ကျော်ကဲ၍ လွတ်မြောက်
ခဲ့သူဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်ဆိုထိုက် လေသတည်း။

အသီးသီးကမ္မဋ္ဌာန်းယူ၍ တောကျောင်း သစ်ပင်ရင်းတို့၌ စီးဖြန်းကြ

၃၇၁။ ဈာယ ဘိက္ခု မာ ပမာဒေါ၊
မာ တေ ကာမဂုဏေ ရမေဿု စိတ္တံ။
မာ လောဟဂုဋ္ဌံ ဂိလီ ပမတ္ထော၊
မာ ကန္တိ “ဒုက္ခမိဒ”န္တိ ဒယှမာနော။

အနက်—

ဘိက္ခု၊ အို ရဟန်း။ တံ၊ သင်သည်။ ဈာယ၊ (အနိစ္စ စသည်ကို) အပန်ပန်ရှုလော၊ မာ ပမာဒေါ၊ မေ့လျော့စွာမဖြစ်လင့်၊ တေ၊ သင်၏။ စိတ္တံ၊ စိတ်ကို။ ကာမဂုဏေ၊ ငါးဖြာအာရုံ ကာမဂုဏ်၌။ မာ ရမေဿု၊ မမေ့လျော့စေလင့်၊ ပမတ္ထော၊ မေ့လျော့သည်။ ဟုတ္တာ၊ ဖြစ်၍။ လောဟဂုဋ္ဌံ၊ ငရဲကျဆောင် ပူလောင်ရဲရဲသံတောခဲကို။ မာ ဂိလီ၊ မမျိုမိစေလင့်။ ဒယှမာနော၊ ပြင်းစွာပူလောင်သည် ရှိသော်။ ဣဒံ၊ ဤသို့ ပူလောင် ခံစားရခြင်းသည်ကား။ ဒုက္ခန္တိ၊ ပူလောင်လိုက်စွာ၊ ဆင်းရဲလိုက်စွာ၊ ဝဋ်ကြီးလိုက်စွာ ဟု။ မာ ကန္တိ၊ ဟီးချင်ကြေး မပူဆွေးပါစေလင့်။

မြန်မာကဗျာ

၃၇၀။ နှောင်ကြိုးငါးချက် အောက်မဂ်ပယ်သည်၊
အရဟတ္တမဂ် ငါးချက်ကြိုးဖြည့်၊
ဣန္ဒြေပွား ကြိုးငါးလွှတ်ပြီ၊
သံသာဝဲ ကျော်ထဲ ရဟန်းမည်။

370. Five cut off, five give up, five further cultivate. The bhikkhu who has gone beyond the five bonds is called a "Flood-Crosser".

further
cultivate

ပို၍၊ အလွန်
ပွားများစွာ

ကုန်၏။ ဘုရားရှင်သည် ဂန္ဓကုဋိတိုက်ကော်မှနေလျက် ယူဇနာ စာရ

စကားပြေ။ ။ယူမှား ယုံမှား ကိုးကွယ်မှားနှင့် ရန်ငြိုးထားတဲ့ ကာမဘုံ
တပ်မက် (ဩရုတ္တဝါယ) သံယောဇဉ် ငါးချက်တို့ကို
(အောက်မဂ်သုံးပါးဖြင့်) ပယ်ဖြတ်ပစ်ရ၏။ ရူပါရူပ တပ်ရာဂနှင့်မာန-
စိတ်ပျံ့ အမှန်မသိ (ဥဒ္ဓိကာဝါယ) သံယောဇဉ်ငါးချက်တို့ကို အရဟတ္တမဂ်
ဖြင့် ပယ်စွန့်ပစ်ရ၏။ ယုံကြည် အားသန် စိတ်ကြံသတိ တည်ကြည်ပညာ
(ဤငါးဖြာသော) ဣန္ဒြေတို့ကိုလည်း အလွန်ပွါးများရ၏။ လောဘ၊
ဒေါသ၊ မိုက်မောဟနှင့် မာန၊ ခိဋ္ဌိ တွယ်ငြိစရာ ငါးဖြာဓမ္မ လွတ်မြောက်
သော ရဟန်းကို (ဩဃာဇိန္ဓ) သံသရာဝဲဩဃကို ကျော်ကဲ၍ လွတ်
မြောက်ခဲ့သူဟု ဆိုအပ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၇၁။ အို...အို ရဟန်း ပွါးစမ်းဈေးနီကို၊
ကာမဂုဏ်ငါး မပျော်ပါးလို့၊
မေ့လျော့သံခဲ မျှိပ် ရှောင်ပို့၊
မရှောင်ပဲ သံခဲ မျှိမိဆို့။
ပူလောင်စွာ ဟီးချ မငိုလို့။

371. Meditate, O bhikkhu! Be not heedless. Do not let your mind whirl on sensual pleasures. Do not be careless and swallow a lead ball. As you burn cry not "This is sorrow."

စကားပြေ။ ။အို-ရဟန်း...အနိစ္စ စသည်ကို အဖန်ဖန်ရှုလော့၊ မမေ့
လော့ပါနှင့်။ သင်၏စိတ်ကို ကာမဂုဏ်၌ မငမ္မ့လျော်
စေလင့်၊ မေ့လျော့၍ ပူလောင်ရဲရဲ သံဟွေခဲကို မမျှိမိပါစေလင့်။ ပူလောင်
သောကြောင့် ပူလိုက်လေစွာ ဆင်းရဲလေစွာ ဂဋ္ဌိကြီးလေစွာဟု ဟီးချ၍
မငိုကြွေးပါလင့်။

နှစ်ဆယ်ကွာသော ထိုရဟန်းတို့ထံ ရောက်ခြည်တော်လွှတ်၍ အနီး၌

၃၇၂။ နတ္ထိ ဈာန် အပညဿ၊
ပညာ နတ္ထိ အဈာယတော။
ယမ္ပိ ဈာနဉ္စ ပညာ စ၊
သ ဝေ နိဗ္ဗာနသန္တိကေ။

အနက်— အပညဿ၊ (ဈာန်စသည်ကို ဖြစ်စေတတ်သော) လုံ့လပညာ မရှိသောသူအား။ ဈာန်၊ အနိစ္စ စသည်ကို ရှုမူ (သမာဓိ) ဈာန် သည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။ အဈာယိနော၊ အနိစ္စ စသည်ကို အဖန်ဖန် ရှုလေ့မရှိသောသူအား။ ပညာ၊ ပညာသည်။ နတ္ထိ၊ မရှိ။ ယမ္ပိ- ပုဂ္ဂလေ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်၌။ ဈာနဉ္စ၊ အနိစ္စ စသည်ကို အဖန် တလဲလဲ ရှုခြင်းသည်လည်းကောင်း။ ပညာ စ၊ ပညာသည် လည်းကောင်း။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ သ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထို ပုဂ္ဂိုလ် သည်။ ဝေ၊ စင်စစ်။ နိဗ္ဗာနသန္တိကေ၊ နိဗ္ဗာန်၏အနီး၌ တည် တော့သည်သာလျှင်တည်း။

၃၇၃။ သုညာဂါရံ ပဝိဋ္ဌဿ၊
သန္တမိတ္တဿ ဘိက္ခုနော။
အမာနုသီ ရတိ ဟောတိ၊
သမ္မာ ဓမ္မံ ဝိပဿတော။

အနက်—

သုညာဂါရံ၊ ဆိတ်ငြိမ်ရာအရပ်သို့။ ပဝိဋ္ဌဿ၊ (ကမ္မဋ္ဌာန်း မစွန့်လွှတ် ညွတ်သော နှလုံးသွင်းခြင်းဖြင့်) ဝင်နေသော။ သန္တမိတ္တဿ၊ ငြိမ်သက်သော စိတ်ရှိသော။ သမ္မာ၊ ကောင်းမွန် စွာ။ ဓမ္မံ၊ တရားတော်ကို။ ဝိပဿတော၊ သိမြင်သော။ ဘိက္ခုနော၊ ရဟန်းအား။ အမာနုသီ၊ (အိမ်ရာတည်တောင် လူ့ဘောင်၌ နေသော) လူသာမန်တို့နှင့် မထိုက်တန်သော။ ရတိ၊ (ရှစ်ပါးသော သမာပတ်ဟုဆိုအပ်သော ဒိဗ္ဗဝိဟာရ တည်း ဟူသော) မွေ့လျော်ခြင်းသည်။ ဝါ၊ ဈာန်၊ မဂ်၊ ဖိုလ် မွေ့လျော် ခြင်းသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

ရပ်သကဲ့သို့ဖြစ်၍ “မေတ္တာ ဝိဟာရိယော ဘိက္ခု” စသော ကိုးဂါထာ
ကို ဟောတော်မူ၏။ ထိုရဟန်း ကိုးရာတို့သည် ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တ

မြန်မာကဗျာ

၃၇၂။ ပညာ ကင်းဘိ မရှိစွာန်မှ၊
စွာန်မှကင်းဘိ မရှိ ပညာ၊
စွာန်ပူးညက်ထွား ရှိငြားသူမှ၊
နိဗ္ဗာန်နီး အပြီး မှတ်လေပါ။

372. There is no concentration to one who lacks wisdom, nor is there wisdom to him who lacks concentration. In whom are both concentration and wisdom, he, indeed, is in the presence of Nibbāna.

စကားပြေ။ ။ ပညာမရှိသောသူအား (အနိစ္စ စသည်ကို ရှုမှ) သမာဓိ
စွာန်မရှိ၊ စွာန်မရှိသောသူအား ပညာလည်းမရှိ။
အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်၌ စွာန်နှင့်ပညာသည် (နှစ်မျိုးလုံး) ရှိ၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်
အမှန်စင်စစ် နိဗ္ဗာန်အနီး၌ ရှိတော့သည်သာတည်း။

မြန်မာကဗျာ

၃၇၃။ ဆိတ်ငြိမ်ရာရပ် ဝင်ကပ်လျက်သာ၊
ငြိမ်သက်စိတ်ထား တရား မြင်ကာ၊
လူသာမန်နှင့် မသင့်တန်ရာ၊
စွာန်ဖိုလ်မွေ နေလေ့ ရဟန်းမှာ။

373. The bhikkhu who has retired to a lonely abode, who has calmed his mind, who clearly perceives the Doctrine, experiences a joy transcending that of men.

စကားပြေ။ ။ ဆိတ်ငြိမ်ရာ အရပ်သို့ကပ်လျက် ငြိမ်သက်သောစိတ်ရှိပြီး
တရားတော်ကို ကောင်းမွန်စွာ သိမြင်သော ရဟန်းမှာ
(အိမ်ရာတည်ထောင် လှူဘောင်၌နေသော) လူသာမန်နှင့် မထိုက်တန်
သော (စွာန်၊ မင်္ဂ၊ ဖိုလ်) မွေလျော်ခြင်းကို တွေ့ကြုံသိမြင်ရ၏။

ရဟန္တာဖြစ်၍ ကောင်းကင်ဖြင့် ဘုရားအထံသို့ လာကြကုန်၏။

၃၇၄။ ယတော ယတော သမ္မသတိ၊
ခန္ဓာနံ ဥဒယဗ္ဗယံ၊
လဘတိ ပီတိပါမောဇ္ဇံ၊
အမတံ တံ ဝိဇာနတံ။

အနက်—

ယတော ယတော၊ အကြွင်းအကြွင်းသို့သောအခါ၌။ ခန္ဓာနံ၊
ခန္ဓာငါးပါးတို့၏။ ဥဒယဗ္ဗယံ၊ အဖြစ် အပျက်ကို။ သမ္မသတိ၊
အစန့်ဖန် ဆင်ခြင်သုံးသပ်၏။ တတော တတော၊ ထိုထို သို့သော
အခါ၌။ ပီတိပါမောဇ္ဇံ၊ တရားတည်းဟူသော နှစ်သက်ခြင်း
ဝမ်းမြောက်ခြင်းကို။ လဘတိ၊ ရ၏။ တံ၊ ထိုသို့နှစ်သက်
ဝမ်းမြောက်ခြင်းသည်။ ဝိဇာနတံ၊ တရားသိမြင် ပညာရှင်
တို့အား။ အမတံ၊ အမြိုက်နိဗ္ဗာန်သို့ အမှန်တရားစေတတ်သည်၏
အဖြစ်ကြောင့် အမြိုက်နိဗ္ဗာန်သည်သာ လျှင်တည်း။

၃၇၅။ တတြပယမာဒိ ဘဝဟိ၊
ဣဓ ပညဿ ဘိက္ခုနော၊
ဣန္ဒြိယဂုတ္တိ သန္တုဋ္ဌိ၊
ပါတိမောက္ခေ စ သံဝရော။

အနက်—

ဣဓ ဇာသနေ၊ ဤသာသနာဟော၌။ ပညဿ၊ ပညာရှိသော။
ဘိက္ခုနော၊ ရဟန်းအား။ ဝါ၊ ရဟန်းအတွက်။ ယာ ဣန္ဒြိယဂုတ္တိ၊
အကြွင်းစက္ခု စသော ဣန္ဒြေကို စောင့်စည်းခြင်းသည် လည်း
ကောင်း။ ယာ သန္တုဋ္ဌိ၊ အကြွင်းအာဇီဝပါရိသုဒ္ဓိသီလ ပစ္စယသန္တု-
သီဟသီလ တည်းဟူသော ရောင့်ရဲခြင်းသည် လည်းကောင်း။
ပါတိမောက္ခေ၊ ပါတိမောက္ခသီလ၌။ ယော သံဝရော၊ အကြွင်း
စောင့်စည်းခြင်းသည် လည်းကောင်း။ အတ္ထိ ချီ၏။ အယံ၊ ဤ
စတုပါရိသုဒ္ဓိသီလသည်။ ဣတြ၊ ထိုနိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ကြောင်း
အကျင့်၌ အခမ္ဘိ၊ အဦးအစသည်။ ဘာဟိ၊ ဖြစ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၇၄။ ခန္ဓာငါးချက် ဖြစ်ပျက်ကိုသာ၊
 ဖန်ဖန် ထပ်ထပ် သုံးသပ်နေရှာ၊
 ဝမ်းသာရွမ်းအိ ပီတိဝေဖြာ၊
 တရားသိ ရောက်ရှိ နိဗ္ဗာန်သာ။

374. Whenever he reflects on the rise and fall of the aggregates, he experiences joy and happiness. To the perspicacious ones that (reflection) is Deathless.

စကားပြေ။ ။ခန္ဓာငါးပါးတို့၏ အဖြစ်အပျက်ကို ဆင်ခြင်သုံးသပ်တိုင်း သူသည် နှစ်သက် ဝမ်းမြောက်ခြင်းကို (စိတ်ချ ယုံကြည်စွာ) သိရလေ၏။ ထိုသို့ ဆင်ခြင်သုံးသပ်ခြင်း၊ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ခြင်းသည် တရားသိမြင် ပညာရှင်တို့အား နိဗ္ဗာန်သို့ ရောက်ဖို့အကြောင်းဖြစ်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၇၅။ ပညာဝတ်စွမ်း ရဟန်းတော်မှာ၊
 ဣန္ဒြေစောင့်ဆဲ ရောင့်ရဲနေတာ၊
 ပါတိမောက္ခ သီလစောင့်ကာ၊
 နိဗ္ဗာန်နန်း ရောက်လမ်း အစသာ။

375. And this becomes the beginning here for a wise bhikkhu: sense-control, contentment, restraint with regard to the fundamental Moral Code (*Pātimokkha*), association with beneficent and energetic friends whose livelihood is pure.

စကားပြေ။ ။ဤသာသနာတော်၌ ပညာရှိသော ရဟန်းအတွက် စက္ခုစသော ဣန္ဒြေကို စောင့်စည်းခြင်း၊ အသက်မွေးစင်ကြယ် ရသမျှနှင့် ရောင့်ရဲလွယ်ခြင်း၊ ပါတိမောက္ခလာ တျင့်သိက္ခာကို စောင့်စည်းခြင်း၊ ဤ စင်ကြယ်သော သီလလေးပါးသည် (နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း အကျင့်၌) အဦးအစ ဖြစ်၏။

၃၇၆။ မိတ္တေ ဘဇဿ ကလျာဏေ၊
 သုဒ္ဓါဇီဝေ အတန္တိတေ။
 ပဋိသန္တာရဝုတျဿ၊
 အာစာရကုသလော သိယာ။
 တတော ပါမောဇ္ဇဗဟုလော၊
 ဒုက္ခဿန္တိ ကရိဿတိ။

အာနက်-

ကလျာဏေ၊ ကောင်းသော သဘောရှိကုန်သော။ သုဒ္ဓါဇီဝေ၊
 စင်ကြယ်သော အသက်မွေးခြင်း ရှိကုန်သော။ အတန္တိတေ၊
 ပျင်းရိခြင်းမရှိကုန်သော။ မိတ္တေ၊ အဆွေခင်ပွန်းတို့ကို။ ဘဇဿ၊
 မှီဝဲဆည်းကပ်လေလော့။ ပဋိသန္တာရဝုတ္တိ၊ အာမိ၊ ဓမ္မ ပဋိသန္တာ
 ၇-ပါးနှင့် ပြည့်စုံသော အသက်မွေးခြင်းရှိလည်း။ အဿ၊ ဖြစ်ရာ
 ၏။ အာစာရကုသလော၊ သီလ ကျင့်ဝတ်၌ လိမ္မာသည်။ သိယာ၊
 ဖြစ်ရာ၏။ တတော၊ ထိုနှစ်ပါးသော ပဋိသန္တာရဖြင့် အသက်မွေး
 ခြင်း၊ သီလ ကျင့်ဝတ်၌လိမ္မာခြင်းကြောင့်။ ပါမောဇ္ဇဗဟုလော၊
 ဝမ်းမြောက်ခြင်းများသည်။ ဟုတော၊ ဖြစ်၍၊ တံ၊ သင်သည်။
 ဒုက္ခဿ၊ အလုံးစုံသော ဝဋ်ဆင်းရဲ၏။ ဗန္တိ၊ အဆုံးကို၊ ကရိဿတိ၊
 ပြုရလတ္တံ့။

မြန်မာကဗျာ

၃၇၆။ သက်မွေးစင်ဘိ ပျင်းရိကင်းကွာ၊
 စိတ်သဘောကောင်း မိတ်ပေါင်းရှိပါ၊
 ဓမ္မစပ်ဆက် သက်မွေးလျက်သာ၊
 ကျင့်သတင်း ထင်လင်း ရှိသူမှာ၊
 ဝမ်းမြောက်မှုများ ဖြစ်ပွားလို့သာ၊
 ဆင်းရဲတုံး ကုန်ဆုံး ရတော့မှာ။

376. Let him be cordial in his ways and refined in conduct; thereby full of joy he will make an end of ill.

စကားပြေ။ ။ကောင်းမြတ်သော သဘောရှိ၍ စင်ကြယ်သော အသက်
 မွေးခြင်းရှိသော မပျင်းမရိ လုံ့လရှိသော အဆွေခင်ပွန်း
 တို့ကို ဆည်းကပ် မှီဝဲလော့။ (အာမိသပဋိသန္တာရ၊ ဓမ္မပဋိသန္တာရအား
 ဖြင့်) ဖော်ရွေသော ပြည့်စုံသော အသက်မွေးခြင်း (ဆက်ဆံခြင်း) ရှိ၍
 ကျင့်ဝတ်သီလ၌ လိမ္မာရာ၏။ ထိုနှစ်မျိုးလုံးနှင့်ပြည့်စုံ၍ လိမ္မာခြင်းကြောင့်
 ထိုသူသည် ဝမ်းမြောက်ခြင်းဖြစ်၍ ဆင်းရဲ၏ အဆုံးကို ပြုရလတ္တံ့။

၂၆၀။ ပဉ္စသတ ဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းစီးဖြန်းသော ရဟန်းငါးရာတို့သည်
အညှာမှ ကြွေကျသော မုလေးပန်းပွင့်တို့ကိုမြင်၍ ငါတို့လည်း
ကံလေသာမှ လွတ်အောင်ပြုကုန်အံ့ဟု အောက်မေ့ ကြသည်တွင်
တုရားရှင်သည် ဂန္ဓကုဋိတိုက်တော်မှ ရောင်ခြည်တော် လွှတ်လျက်

၃၇၇။ ဝဿိကာ ဝိယ ပုပ္ဖဂါနိ၊
မဗ္ဗဝါနိ ပမုဉ္ဇတိ။
ဝေံ ဓာဂဉ္စ ဒေါသဉ္စ၊
ဝိပ္ပမုဉ္ဇေထ ဘိက္ခဝေါ။

အနက်—

ဘိက္ခဝေါ၊ ရဟန်းတို့။ ဝဿိကာ၊ မိုးရေဆွတ်ဖျန်း ရှင်လန်း
ပွားမြောက် ကြီးပွားရောက်ရေး မုလေးပန်းပွင့်သည်။ မဗ္ဗဝါနိ၊
ပွင့်ပြီးသင့်လျော် ရင့်ရော်ကုန်သော။ ပုပ္ဖဂါနိ၊ အပွင့်တို့ကို။
ပမုဉ္ဇတိ ဝိယ၊ မိမိမှီရာ အညှာကြွေကျတ် စွန့်လွှတ်ကုန်သကဲ့သို့။
ဝေံဟထာ၊ ဤဥပမာ နည်းတူသာလျှင်။ တုဗ္ဗေပိ၊ သင်တို့သည်
လည်း။ ဓာဂဉ္စ၊ စွန်းငြိပြင်းလှ တပ်ရာဂကိုလည်းကောင်း။
ဒေါသဉ္စ၊ အပြစ်လေးလှ ညစ်ဒေါသကိုလည်းကောင်း။ ဝိပ္ပမုဉ္ဇေထ၊
ပြတ်ဘောက်ကင်းလွတ်အောင် စွန့်လွှတ်ကြပါကုန်လော။

“ဝဿိကာ ဝိယ ပုပ္ဖါနိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ရဟန်း
ငါးရာ တို့သည် ပဋိသမ္ဘိဒါပတ္တ ရဟန္တာဖြစ်ကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၇၇။ မိုးရေဆွတ်ဖျန်း မုလေးပန်းမှ၊
ပွင့်ပြီးခဏ ညှာမှ လွတ်ကာ၊
ရဟန်းများလည်း ထိုနည်းတူစွာ၊
စွန့်လွှတ်ကြ ရာဂ၊ ဒေါသ၊ မောဟ။

377. As the jasmine creeper sheds its withered flowers, even so, O bhikkhus, should you totally cast off lust and hatred.

စကားပြေ။ ။အို ရဟန်းတို့... မိုးရေဆွတ်ဖျန်း မုလေးပန်းပင်သည်
ရင့်ရော်ကုန်သောအပွင့်တို့ကို မိမိမှီရာ အညှာကြွေကျွတ်
စွန့်လွှတ်ကုန်သကဲ့သို့ ထိုနည်းအလား သင်ရဟန်းများသည်လည်း တပ်မက်
ရာဂ ပြစ်ဒေါသတို့ကို ကုန်စင်အောင် စွန့်လွှတ်ကြကုန်လော့။

၂၆၁။ သန္တကာယတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သန္တကာယ မထေရ်ကို အကြောင်းပြု၍

၃၇၀။ သန္တကာယော သန္တဝါစော၊
သန္တဝါ သုသမာဟိတော။
ဝန္တလောကာမိသော ဘိက္ခု၊
ဥပသန္တောတိ ဝုစ္စတိ။

အနက်—

သန္တကာယော၊ ပါဏာတိပါတ စသည်မျက်မာန် ခက်ထန်
မရှိ ငြိမ်သက်သော ကိုယ်ရှိတသော။ သန္တဝါစော၊ မုသာဝါဒ
စသည်အယုတ် ကြမ်းကြုတ်မရှိ ငြိမ်သက်သော နှုတ်ရှိတသော။
သန္တဝါ၊ အဘိဇ္ဈာစသည် ကြံစည်ခြင်းမရှိ ငြိမ်သက်သော စိတ်ရှိ
တသော။ သုသမာဟိတော၊ ကိုယ်၊ နှုတ်၊ မနသိ ကောင်းစွာ
တည်ကြည်သော။ ဝန္တလောကာမိသော၊ လောကီရတနာ
စည်းစိမ်ဥစ္စာကို ပယ်ခွါအန်ထုတ်ပြီးသော။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်းကို။
ဥပသန္တောတိ၊ အတွင်းထကြွ ရာဂစသီး မီးငြိမ်းပြီးသဖြင့်
“ငြိမ်သက်သောသူ” ဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ခေါ်ဆိုပညတ် သမုတ်အပ်လေ
သတည်း။

“သန္တကာယော သန္တဝါဓော” စသော ဂါထာကိုဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၇၈။ ကိုယ်ရော နှုတ်ရော စိတ်စောငြိမ်သည်၊
 ငြူစူမစောင်း စိတ်ကောင်းတည်ကြည်၊
 လောကီ ဥစ္စာ ပယ်ခွါအန်ပြီ၊
 ထိုရဟန်း မှတ်စမ်း ငြိမ်သက်သည်။

378. The bhikkhu who is calm in body, calm in speech, calm in mind, who is well-composed, who has spewed out worldly things, is truly called a “peaceful one”.

စကားပြေ။ ။ ကိုယ်နှုတ်၊ စိတ်အားဖြင့် ငြိမ်သက်သော (ငြူစူမစောင်း စိတ်တော့ကောင်းသဖြင့်) တည်ကြည်ပြီး လောကီရိပ်ငြိမ် စည်းစိမ်ဥစ္စာ အဖြာဖြာကို ပယ်ခွါအန်ချပြီးသော ရဟန်းတော်ကို အမှန် စင်စစ် ငြိမ်သက်သောရဟန်းဟုခေါ်၏။

၂၆၂။ နဂ်လကုလတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် စောလင်္ကနီကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ပုဆိုးနှမ်းတထည်နှင့် တံဖျား တချောင်းကို
အောက်မေ့၍ လူထွက်အံ့ဟုအဖန်ဖန်ကြံ၍ နောက်မှ သတိရကာ

၃၇၉။ အတ္တနာ စောဒယတ္တာနံ၊
ပဋိမံသေထ အတ္တနာ။
သော အတ္တဂုတ္တော သတိမာ၊
သုခံ ဘိက္ခု ဝိဟာဟိသိ။

အနက်--

အတ္တနာ၊ မိမိသည်သာလျှင်။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။
စောဒယ၊ တိုက်တွန်းနှိုးဆော်သင့်လျော်အောင် ပြစ်တင်ဆုံးမ
လော့။ အတ္တနာ၊ မိမိသည်ပင်လျှင်။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။
ပဋိမံသေထ၊ သင့်လျော်ထောက်လှမ်း စုံစမ်း စစ်ဆေးလေလော့။
ဘိက္ခု၊ ရဟန်း။ သော တံ၊ ထိုသင်သည်။ ဧဝံ သန္တေ၊ ဤသို့
နှိုးဆော် သင့်လျော်အောင် ပြစ်တင်ဆုံးမ စုံစမ်းထောက်လှမ်း
သည် ရှိသော်။ အတ္တဂုတ္တော၊ မိမိကိုယ်ကို လုံခြုံအောင်
စောင့်ရှောက်သည်။ သတိမာ၊ ထင်သော သတိရှိသည်။ ဟုတ္တာ၊
ဖြစ်၍။ သုခံ၊ ချမ်းသာစွာ။ ဝိဟာဟိသိ၊ နေရပေလတ္တံ့။ (နေရ
လိမ့်မည်သာတည်း။)

စိတ်ကိုဆုံးမ၍ ရဟန္တာအဖြစ်သို့ ရောက်သော နဂါးလမထေရ်ကို
အကြောင်းပြု၍ “အတ္တနာ ဗောဒယတ္တာနံ” စသော နှစ်ဂါထာကို
ဟောတော်မူသည်။

၃၀၀။ အတ္တာ ဟိ အတ္တနော နာထော၊
ကော ဟိ နာထော ပရော သိယာ။
အတ္တာ ဟိ အတ္တနော ဂတိ၊
တသ္မာ သံယမမတ္တာနံ၊
အဿံ ဘဒြံ ဝါဏိဇော။

အနက်—

အတ္တာ ဟိ၊ အတ္တာ ဝေ၊ မိမိကိုယ်သည်သာလျှင်။ အတ္တနော၊
မိမိ၏။ နာထော၊ ကိုးကွယ်အားထားရာသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။
ပရော၊ မိမိမှ တပါးသော။ ဝါ၊ မိမိကလွဲလျှင်။ ကော၊ အဘယ်
သူသည်။ နာထော၊ အားကိုးအားထားရာသည်။ သိယာ၊ ဖြစ်နိုင်
ပါအံ့နည်း။ အတ္တာ ဟိ အတ္တာဝေ၊ မိမိသည်သာလျှင်။ အတ္တနော၊
မိမိ၏။ (နောင်ရေးအတွက်) ဂတိ၊ သွားရာ လာရာ အားထား
မှီခိုရာသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်၊ ဝါဏိဇော၊
(မြင်းကုန်ကူးသန်း ဉာဏ်စွမ်းယက်တည်) မြင်းကုန်သည်သည်။
ဘဒြံ၊ (ကြိတ်အင်လက္ခဏာ ပြည့်စုံစွာပ) ကောင်းမွန်လှသော။
အဿံ၊ မြင်းကို။ သံယမတိ ဣဝ၊ (ရေချိုးစေခြင်း စားစေခြင်း
ဖြင့် အခင်းသတ်မှတ်) မပြတ်စောင့်ရှောက်သကဲ့သို့။ ဝေဘထာ၊
ထိုအတူ။ တုဝမ္ပိ၊ သင်သည်လည်း။ အတ္တာနံ၊ မိမိကိုယ်ကို။
သံယမ၊ (အကုသိုလ်မှဖြစ်အောင်) စောင့်ရှောက်လေလော့။

မြန်မာကဗျာ

၃၇၉။ မိမိသည် သည်သာ ကိုယ်မှူးနှိုးဆော်၊
 သင့်လျော်ထောက်လှမ်း စုံစမ်းပါနော်၊
 ကိုယ်ကိုစောင့်ရှောက် သတိဆောက်သော်၊
 ချမ်းသာစွာ နေရ ရဟန်းတော်။

379. By self do you censure yourself, by self do you examine yourself. Self-guarded and mindful, O bhikkhu, you will live happily.

စကားပြေ။ ။မိမိသည်သာလျှင် မိမိကိုယ်ကို တိုက်တွန်းနှိုးဆော် သင့်လျော်အောင် ပြစ်တင်ဆုံးမလော့။ မိမိသည်ပင် မိမိကိုယ်ကို စောင့်ရှောက်၍ သတိရှိနေလျှင် အိုရဟန်း...သင်သည် ချမ်းသာစွာနေရလိမ့်မည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၈၀။ အားကိုးစရာ ကိုယ်သာရှိသည်၊
 အားကိုးရာများ တခြားမတည့်၊
 မိမိကိုယ်သာ သွားရာမှီသည်၊
 ဒါကြောင့်လဲ ကိုယ်ပဲ စောင့်ရှောက်မည်၊
 ကုန်သည်မြင်း စောင့်ခြင်း ပုံစံမှီ။

380. Self, indeed, is the protector of self; self, indeed, is one's refuge; control therefore your own self as a merchant, a noble steed.

စကားပြေ။ ။မိမိသည်သာလျှင် မိမိကိုးကွယ်ရာ အရှင်သခင်ဖြစ်၏။ မိမိမှတစ်ပါး အားကိုးစရာ ပေါ်မလာပေးမိမိသည် သာလျှင် (နောက်တဝှမ်းကွက်) သွားရာ လာရာ မှီခိုရာဖြစ်၏။ ထို့ကြောင့် မြင်းကုန်သည်သည် ကောင်းမြတ်သောမြင်းကို ကောင်းစွာစောင့်ရှောက်သကဲ့သို့ မိမိကိုယ်ကို (အကုသိုလ်မဖြစ်အောင်) စောင့်ရှောက်လေလော့။

steed မြင်း (စစ်မြင်း)

၂၆၃။ ဝက္ကလိဇ္ဇေရ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သုံးဆယ့်နှစ်ပါးသောလက္ခဏာတော်ကြီး၊ ရှစ်
ဆယ်သော လက္ခဏာတော်ငယ် ရောင်ခြည်တော်ခြောက်သွယ် တလံမျှ
လောက်သော အရောင်အဝန်းတို့ဖြင့် ဘုန်းတော်ကပ်သော ဘုရားရှင်
ကို ကြည်ညိုသောစိတ်ဖြင့် ကစိန်းစိန်းရှုကြည့်လျက်သာလျှင် ဘာဝနာ
ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားမထုတ်ပဲနေသော ရှင်ဝက္ကလိမထေရ်ကို “ဓမ္မံ ပဿတိ
သော မံ ပဿတိ” ဟု မောင်းမဲတော်မူ၍ ဝါဆိုအပ်သောနေ့၌
ကျေရင်းတော်မှ နှင်ထုတ်တော်မူလျှင် ဝက္ကလိမထေရ်သည် ဘုရားရှင်ထံ
မချဉ်းကပ်ဝံ့၍ စိတ်ပူဆာသောကြောင့် တောင်ထိပ်မှ ခုန်ချ၍
သေတော့အံ့ဟု ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်သို့တက်လေ၏။ ဘုရားရှင်သည် ဝက္ကလိ
မထေရ်-ပင်ပန်းသည်ကို မြင်တော်မူ၍ ကျောင်းတော်မှ ရောင်ခြည်
တော်လွှတ်လျက် ကိုယ်တော်၏သဏ္ဌာန်ကို ပြရာတွင်မှ “ပီတိပါမောဇ္ဇ”

၃၈၃။ ပါမောဇ္ဇဗဟုလော ဘိက္ခု၊

ပဿန္နော ဗုဒ္ဓသာသနေ။

အဓိဂစ္ဆေ ပဒံ သန္တံ၊

သင်္ခါရူပသမံ သုခံ။

အနက်—

ပါမောဇ္ဇဗဟုလော၊ နှစ်သက်ဝမ်းမြောက်ခြင်း များသော။
ဗုဒ္ဓသာသနေ၊ ဘုရားမြတ်စွာ သာသနာတော်၌။ ပဿန္နော၊
ကြည်ညိုယုံကြည်သော။ ဘိက္ခု၊ ရဟန်းသည်။ သန္တံ၊ ငြိမ်သက်
အေးမြသော။ သင်္ခါရူပသမံ၊ ပြုပြင်တတ်စွာ သင်္ခါရတို့၏ ချုပ်
ငြိမ်းရာဖြစ်သော။ သုခံ ပဒံ၊ နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်သို့။ အဓိဂစ္ဆေ၊
ရရာ ရောက်ရာ၏။

ဖြစ်၍ သက်သာရာကိုရ၏။ ဘုရားရှင်သည် အားကြီးသော “ပီတိ
ပါမောဇ္ဇ” ကို ဖြစ်စေခြင်းငှါ “ပါမောဇ္ဇဗဟုလော ဘိက္ခု” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ ဝဏ္ဏလိမထေရ်သည် ပဋိသမ္ဘိဒါနှင့်တကွ
ရဟန္တာဖြစ်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၈၁။ သာသနာ၌	ပျော်ပိုက်ဝမ်းသာ၊
ကြည်ညိုစိတ်လွမ်း	ရဟန်းများမှာ၊
သင်္ခါ နာမ်ရုပ်	ချုပ်ငြိမ်းအေးရာ၊
ချမ်းသာစွာ	ရောက်ရ နိဗ္ဗာန်သာ။

381. Full of joy, full of confidence in the Buddha's Teaching, the bhikkhu will attain the Peaceful State, the stilling of conditioned things, the bliss (supreme).

စကားပြေ။ ။ ဘုရားရှင် သာသနာတော်၌ ကြည်ညိုစိတ်လွမ်း သဒ္ဓါပန်း
ဖြင့် ဝမ်းမြောက်ပျော်ရွှင်သော ရဟန်းသည် ရုပ်, နာမ်
သင်္ခါရတို့၏ ချုပ်ငြိမ်းရာဖြစ်သော ဆိတ်ငြိမ်အေးမြ သုခတကာ မယှဉ်
သာသော နိဗ္ဗာန်ချမ်းသာမြတ်သို့ ရရာ ရောက်ရာ၏။

၂၆၄။ သုမန သာမဏေရ ဝဇ္ဇ၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ တရားသဘင်၌ အနုဝတတ်အိုင်ဝယ် ပဏ္ဏမည်
သော နဂါးမင်းကို ဆုံးမပြီးလျှင် အနုဝတတ်ရေကို ဆောင်ယူခဲ့သော
ခုနစ်နှစ်အရွယ်ရှိသော သုမနသာမဏေ၏ အာနုဘော်ကို ချီးမွမ်းကြ

၃၀၂။ ယော ဟဝေ ဒဟရော သိက္ခ၊

ယုဉ္ဇတိ ဗုဒ္ဓသာသနေ။

သောမံ လောကံ ပဘာသေတိ၊

အဗ္ဘာ မုတ္တောဝ စန္ဒိမာ။

အနက်—

ဒဟရော၊ အသက်အရွယ် ပျိုနုငယ်သော။ ယော သိက္ခ၊ အကြင်
ရဟန်းသည်။ ဟဝေ၊ စင်စစ်အားဖြင့်။ ဗုဒ္ဓသာသနေ၊ မြတ်စွာ
ဘုရား ဟောကြားထုံးပြ ဆုံးမလေရာ သာသနာတော်၌။
ယုဉ္ဇတိ၊ မတုန်မဆုတ် အားထုတ်နေ၏။ သော သိက္ခ၊ အားထုတ်
ကြိုးပမ်း ထို ရဟန်းသည်။ အဗ္ဘာ၊ တိမ်တိုက်မှ။ မုတ္တော၊
စင်ကြယ်သန့်ရှင်း လွတ်ကင်းပြီးသော။ စန္ဒိမာ ဣဝ၊ လပြည့်ဝန်း
ကဲ့သို့။ ဣမံ လောကံ၊ ခန္ဓာစသည် တည်တည်ပြားပြားဟု ဤလောက
ကို။ ပဘာသေတိ၊ မဂ်ဉာဏ်ရောင်ဝင်း အခေါင်ချဉ်းအောင်
ထွန်းလင်းတောက်ပစေ၏။

ကုန်သော ရဟန်းတို့အား တရားဟောခြင်းငှါ “ယော ဟဝေ ဒဟရော ဘိက္ခု” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၂။ အရွယ်နုလွန်း ရဟန်းဖြစ်သူ၊
 သာသနာလုပ် အားထုတ်နေမှု၊
 တိမ်တိုက်မှကင်း လမင်းနှင့်တူ၊
 လောကတွင်း ဉာဏ်လင်း တောက်တော်မူ။

382. The bhikkhu who, while still young, devotes himself to the Buddha's teaching, illumines this world like the moon freed from a cloud.

စကားပြေ။ ။ အသက်အရွယ် နုပျိုသေးသော်လည်း မြတ်ဘုရား၏ သာသနာတော် (အဆုံးအမ တရားတော်) ၌ အားထုတ်နေသော ရဟန်းသည် တိမ်တိုက်မှကင်းသော လပြည့်ဝန်းကဲ့သို့ ဤလောကကို အရဟတ္တမဂ်ဉာဏ်ရောင်ဖြင့် ထွန်းလင်းတောက်ပစေ၏။

ဘိက္ခုဝဂ်-ရဟန်းအုပ်စု ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိက ၁

အခန်း ၂၆။

ဗြာဟ္မဏဝဂ် ဗြာဟ္မဏအုပ်စု

၂၆၅။ ပဿာဒဗဟုလ ဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဓတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ “ ပဿာဒဗဟုလ ” (ကကြည်ညိုလွန်သော)

၃၀၃။ ဆိန္ဒ သောတံ ပရက္ကမ္မ၊
ကာမေ ပနဒ ဗြာဟ္မဏ။
သင်္ခါရာနံ ခယံ ဥတ္တာ၊
အကတညူသိ ဗြာဟ္မဏ။

အနက်—

ဗြာဟ္မဏ၊မကောင်းမှုကို အပပြုပြီးသောအို...ရဟန်း၊ပရက္ကမ္မ၊
(ဉာဏသမ္ပယုတ် မဟုတ်သော ဝိရိယဖြင့်) အရကုတ်ကုတ် ကြီး
အားထုတ်၍၊ သောတံ၊ (ရှိသမျှမြစ်တွင် ရေအလျဉ်ထက်
ဆက်တက်မြှင့်စီး) တဏှာတည်းဟူသောအလျဉ်ကို။ ဆိန္ဒ၊ (အရ-
ဟတ္ထမဂ်ဖြင့်) ပယ်ဖျက် ဖြတ်တောက်ပါလော့။ ကာမေ၊ ဝတ္ထု
ကာမ၊ ကိလေသာကာမတို့ကို။ ပနဒ၊ ထုတ်နှုတ်တကယ် စွန့်ပယ်
ပါလော့။ သင်္ခါရာနံ၊ (ဖြစ်ပျက်တတ်စွာ ခန္ဓာငါးပါး) သင်္ခါရ
တရားတို့၏။ ခယံ၊ လုံးဝဥဿုံ ကုန်ဆုံးရာမှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို။
ဥတ္တာ၊ (မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့်) ကေနံ သိသည်ဖြစ်၍။ တွံ၊
သင်လည်း။ အကတညူ၊ အကြောင်းတရားတို့ မပြုပြင်အပ်သော
နိဗ္ဗာန်ကိုသိသူ မည်သည်။ အသိ၊ ဖြစ်ရတော့သည်သာလျှင်
တည်း။

ပုဏ္ဏားသည် ရဟန်းကိုမြင်လျှင် ရဟန္တာဟု ခေါ်ဝေါ်သောကြောင့် ရဟန်းတို့သည် ကုက္ကုစ္စ (ယုံမှား သံသယ) ရှိ၍ ဘုရားရှင်အား လျှောက်ရာတွင် ဒါယကာတို့ ကြည်ညို၍ ဆိုသည်၌ အာပတ်မသင့်။ ဤပုဏ္ဏားကား ရဟန္တာတို့၌ အလွန်မြတ်နိုး၏၊ သင်ချစ်သားတို့သည် တဏှာအလျဉ်ကိုဖြတ်၍ ရဟန္တာဖြစ်အောင် အားထုတ်ကုန်လော့ဟု... မိန့်တော်မူ၍ “ဆိန္ဒ သောတံ ပရက္ကမ္မ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၃။	အို...သူတော်စင်	ရေလျဉ်တဏှာ၊
	ဖြတ်ပယ်လုံ့လ	တာမရှောင်ခွါ၊
	သင်္ခါရတို့	ပျက်ဖို့ သိပါ၊
	မပြုအပ်	သိလတ် နိဗ္ဗာန်သာ။

383. Strive and cleave the stream; discard, O brāhmaṇa, sense-desires, knowing the destruction of life's constituents, thou art, O brāhmaṇa, a knower of the Uncreate (Nibbāna).

စကားပြေ။ ။ အို (သူတော်စင်) ရဟန်း... တဏှာတည်းဟူသော ရေအလျဉ်ကို ကြိုးစားအားထုတ်၍ ပယ်ဖြတ်ပါလော့။ တာမဂုဏ်တို့ကို ပယ်လော့။ ဘဝခန္ဓာ (သင်္ခါရ) တို့၏ ဖောက်ပြန်ပျက်စီးတတ်သော သဘောတရားကိုသိ၍ အကြောင်းတရားတို့ မပြုပြင်အပ်သော နိဗ္ဗာန်တရားကို သိထားသူ ဖြစ်လော့။

၂၆၆။ သမ္မဟုလ ဘိက္ခု ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရှင်သာရိပုတ္တရာသည် များစွာသော အာဂန္တု
ရဟန်းတို့၏ ဥပနိဿယကိုသိ၍ ဘုရားရှင်အား နှစ်ပါးတည်းသော
တရားတို့သည် အသက်နည်းဟု...လျှောက်ရာတွင် ထို ပြဿနာကို ဖြေ

၃၈၄။ ယဒါ ဒွယေသု ဓမ္မေသု၊
ပါရဂူ ဟောတိ ဗြာဟ္မဏော။
အထဿ သဗ္ဗေ သံယောဂါ၊
အတ္ထံ ဂစ္ဆန္တိ ဇာနတော။

အနက်—

ယဒါ၊ အကြင်အခါ၌။ ဗြာဟ္မဏော၊ (မကောင်းမှုကို အပပြု
ပြီးသော) ရဟန်းသည်။ ဒွယေသု ဓမ္မေသု၊ (သမထ ဝိပဿနာ
ဘာဝနာနှစ်ပါး) မြတ်တရားတို့၌။ ပါရဂူ၊ (ဉာဏ်အမြင်ပေါက်)
ကမ်းတဘက်သို့ ရောက်သည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ အထ၊ ထိုအခါ
၌။ ဇာနတော၊ ထူးလောဉာဏ်ဖြင့် အမှန်သိမြင်သော။ အဿ၊
ထိုရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်အား။ သဗ္ဗေသံယောဂါ၊ (ကာမရာဂ စသည်
များတုံ) အလုံးစုံသော သံယောဇဉ် စသည်တို့သည်။ အတ္ထံ၊
အကြွင်းမဲ့ ကုန်ချုပ်ခြင်းသို့။ ဂစ္ဆန္တိ၊ ရောက်လေကုန်၏။

တော်မူခြင်းငှါ “ယဒါ ဒွယေသု ဓမ္မေသု” စသောဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုရဟန်းတို့သည် ရဟန္တာဖြစ်လေကုန်၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၈၄။ သမထ ဝိပဿ်	နှစ်ရပ်ဓမ္မာ၊
ပေါက်ရောက်ဉာဏ်မြင်	သူတော်စင်သာ၊
သံယောဇဉ်ကြီး	အမျိုးစုံဟာ၊
ပြတ်ကာငြိမ်း	ဇာတ်သိမ်း သိသူမူ၊

384. When in two states, a brāhmaṇa goes to the farther shore, then all the fetters of that knowing one pass away.

စကားပြေ။ ။ အကြင်အခါ၌ သူတော်ကောင်းဖြစ်သော ရဟန်းသည် သမထ ဝိပဿနာ ဘာဝနာနှစ်ပါး မြတ်တရားတို့၌ ဉာဏ်အမြင်ပေါက် တဘက်လမ်း ရောက်၏။ ထိုအခါထူးသော ဉာဏ်ဖြင့် အမှန်သိသော ထိုရဟန်းအား သံယောဇဉ်ကြီး အကုန်ကျိုးကာ ဒုက္ခ ဇာတ်သိမ်း အေးငြိမ်းလေ၏။

၂၆၇။ ပာရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ထိုမှဘက်ဟူသည် အဘယ်နည်း ...ဟု မာရ်နတ်

၃၀၅။ ယဿ ပါရံ အပါရံ ဝါ၊
ပါရာပါရံ န ဝိဇ္ဇတိ။
ဝိတဒ္ဓရံ ဝိသံယုတ္တံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ ပါရံ ဝါ၊ (စက္ခုယတန စသည်
ခြောက်ပါး အဇ္ဈတ္တိကာယ နတရားတည်းဟူသော) ဤမှဘက်
တမ်းသည် လည်းကောင်း။ အပါရံ ဝါ (ရူပါယတန စသည်
ခြောက်ပါး “ဗာဟိရာယတန” တရားတည်းဟူသော) ထို
မှဘက်ကမ်းသည် လည်းကောင်း။ ပါရာပါရံ ဝါ၊ (အဇ္ဈတ်
ဗာဟိ နှစ်လီယုက်ကော ဆယ့်နှစ်ဖြာသော) ဤ မှဘက် ထို
မှဘက်ကမ်းသည် လည်းကောင်း။ န ဝိဇ္ဇတိ၊ (ငါ့ကိုယ် ငါ့ဟာ
ငါ့ဥစ္စာဟု ခါခါကပ်ငြိ) စွဲလမ်းခြင်းမရှိ။ ဝိတဒ္ဓရံ၊ ကိလေသာဟူ
အပူခပ်သိမ်း ကင်းငြိမ်းပြီးသော။ ဝိသံယုတ္တံ၊ (ကြွင်းမဲ့ဥဿုံ
အလုံးစုံသော) ကိလေသာတို့နှင့် မယှဉ်သော။ ဝါ၊ ကိလေသာ
မှ လွတ်ပြီးသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထို ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊
(မကောင်းဟူသမျှ ပယ်ချ ဖြတ်လှီး) ရဟန္တာကြီးဟူ၍။ အဟံ၊
သုံးလောကထွဋ်ထား ငါဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်
မူ၏။

မေးလျှောက်အပ်သော ပြဿနာကို ဖြေဆိုခြင်းငှါ “ယဿ ပါရံ အပါရံ ဝါ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၈၅။ ဤဘက် ဟိုဘက် စွဲမက်မယူ၊
 နှစ်ဘက်လုံးလဲ ငါစွဲမယူ၊
 ပူပင်ကင်းဝေး ညစ်ကြေးလွတ်သူ၊
 ဗြာဟ္မဏ ဗုဒ္ဓ မိန့်တော်မူ။

385. For whom there exists neither the hither nor the farther shore, nor both the hither and the farther shore, he who is undistressed and unbound, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား (မျက်စိ စသား အတွင်း အာယတန ခြောက်ပါး တည်းဟူသော) ဤမှာဘက်ကမ်းသည် လည်းကောင်း၊ (အဆင်း အသံ စသော အပြင် အာယတန ခြောက်ပါး တည်းဟူသော) ဟိုမှာဘက်ကမ်းသည် လည်းကောင်း၊ တွင်းပြင်ပေါင်း ကာ ဆယ့်နှစ်ဖြာသော ဤမှာဘက်၊ ဟိုမှာဘက် ကမ်းနှစ်ဘက်စလုံးသည် လည်းကောင်း ဘာတခုမှ စွဲလမ်းခြင်းမရှိ၊ ကိလေသာဟူ-အပူကင်းဝေး ၍ ကိလေသာနှောင်ကြိုးမှ လွတ်ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏ(မကောင်း မှုမှ ကင်းစင်သူ)ဟု ငါဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၆၈။ အညတရ ပြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေယျဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အဘယ်အကြောင်းကြောင့် ပြာဟ္မဏမည်သနည်း
ဟု မေးလျှောက်သော ပုဏ္ဏားတယောက်၏ ပြဿနာကို ဖြေဆိုခြင်းငှါ

၃၈၆။ ဈာယိ* ဝိရဇ်မာသိနံ၊
ကတကိစ္စ* မနာသဝံ၊
ဥတ္တမတ္တ၊ မနုပ္ပတ္တံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ပြာဟ္မဏံ။

အနက် -

ဈာယိ* ၊ ကသိုဏ်းစသော အာရုံ၊ အနိစ္စအစရှိသော လက္ခဏာ
ကို ရှုလျက်။ ဝိရဇ်၊ (ဝတ္ထုကိလေ နှစ်ထွေကာမ) မြို့မှကင်း
လျက်။ အာသိနံ (ဝိဇေဓာဆိုင် တောမြိုင်အတွင်း) တယောက်
ချင်း နေလေ့ရှိသော။ ကတကိစ္စ၊ (လေးပါးသော မဂ်တို့ဖြင့်
တဆယ့်ခြောက်ချက် ပြန့်တွက် တမုဟုတ်) ပြုလုပ်အပ်ပြီးသော
ကိစ္စရှိသော။ အနာသဝံ၊ (ကာမာယဝ စသည်အပြား) လေးပါး
သော အာသဝေ မရှိတသော။ ဥတ္တမတ္တံ၊ အထူးအချွန် လွန်မြတ်
မွန်သော ရဟန္တာအဖြစ်သို့။ အနုပ္ပတ္တံ၊ အစဉ်ရောက်သော။
တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ပြာဟ္မဏံ၊ မကောင်းဟူသမျှ ပယ်ချ
ဖြတ်လှီး ပြာဟ္မဏ (ရဟန္တာ) ကြီးဟူ၍။ အဟံ၊ သုံးလောက
ထွဋ်ထား ငါတုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

“ဈေးယိ” ဝိရဇမာသိနံ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။
ပုဏ္ဏားသည် သောတာပန်တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၆။ ကသိုဏ်ဈာန်ပွား ကင်းငြား မြူတော၊
ရဟန်းကိစ္စ ပြည့်ဝ စုံစေ၊
အာသဝေါပြတ် မြင့်မြတ်ရောက်နေ၊
ထိုသူအား ပုဏ္ဏား ငါမိန့်ချေ။

386. He that is meditative, stainless, and settled; he that has done his duty and is free from the Corruptions; he that has attained the Highest Goal, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ကသိုဏ်းစသောအာရုံ အနိစ္စစသော လက္ခဏာကိုရှုလျက်
ကိလေသာမြူကင်း တယောက်ချင်းနေကာ ရဟန်းကိစ္စ
ပြီး၍ အာသဝကင်းပျောက် မြင့်မြတ်သော (ရဟန္တာ) အဖြစ်သို့
ရောက်ပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

stainless	ကိလေသာမြူကင်းသော
settled	ပြုပြီးသော၊ ဖြေရှင်းပြီးသော
corruption	အာသဝေါတရား (ဖောက်ပြန်ပျက်စီးခြင်း)

၂၆၉။ အာနန္ဒတ္ထေ၊ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သီတင်းကျွတ်လပြည့်နေ့ နေဝင်ခါနီးတွင်
ကောသလမင်းကြီးတည် ခပ်သိမ်းသော တန်းဆာတို့ဖြင့် တန်းဆာဆင်
ယင်လျက် ဘုရားအထံတော်သို့ လာလေသည်။ ကာဠုဒါယီမထေရ်

၃၈၇။ ဒိဝါ တပတိ အာဒိစ္စော၊
ရတ္တိမာဘာတိ စန္ဒိမာ။
သန္ဓေဒ္ဓါ ခတ္တိယော ဟပတိ၊
ဈာယိ တပတိ ဗြာဟ္မဏော။
အထ သဗ္ဗမဟောရတ္တိ၊
ဗုဒ္ဓေါ ကပဏိ တေဇသာ။

အနက်—

အာဒိစ္စော၊ (လွန်စွာအရောင် တောက်ပြောင်ပကွန်း) နေဝန်း
ဗိမာန်သည်။ ဒိဝါ၊ နေအခါ၌သာလျှင်။ တပတိ၊ ထွန်းလင်း
တောက်ပ၏။ စန္ဒိမာ၊ (ညစ်မျိုးငါးအင် ကင်းစင်ပကွန်း)
လပြည့်ဝန်းသည်။ ရတ္တိ၊ ည၌အခါ၌ သာလျှင်။ အာဘာတိ၊
တင့်တယ်ထွန်းလင်း၏။ ခတ္တိယော၊ ပြည်ကြီးသေဌ်နှင်း ပြည့်ရှင်
မင်းသည်။ သန္ဓေဒ္ဓါ၊ (ရွှေစင်ပုတ္တမြား စသောအားဖြင့် ဆန်းပြား
စိခြယ်) အသွယ်သွပ်သော တန်ဆာတို့ဖြင့် တင့်တယ်စွာ
တန်ဆာဆင်လျက် (အင်္ဂါလေးမည် စသည်အပေါင်းဖြင့်) ဝန်းရံ
အပ်သော်သာလျှင်။ အာဘာတိ၊ တင့်တယ် တောက်ပနိုင်၏။
ဗြာဟ္မဏော၊ (မကောင်းမှုကို အပပြုကြ၍) ရဟန္တာရှင်သည်။
ဈာယိ၊ အပေါင်းပယ်ထား ဈာန်ဝင်စားသော်သာလျှင်။ တပတိ၊
တင့်တယ်တောက်ပနိုင်၏။ အထ၊ စင်စစ်သော်ကား။ ဗုဒ္ဓေါ၊
ဘုရားရှင် ကိုယ်တော်မြတ်သည်။ သဗ္ဗမဟောရတ္တိ၊ ဘယ်ခါမဆို
ထိုထိုညသို့ အလုံးစုံသော နေ့ညဉ့်ပတ်လုံး။ တေဇသာ၊ ငါးပါး
ပြားကောင် တန်ခိုးတော်အရောင်ဖြင့်။ ကပဏိ၊ အမြဲမပြတ်
တလျှပ်လျှပ်ဝင်း ထွန်းလင်းတောက်ပတော်မူ၏။

လည်း ပရိသတ်အစွန်း၌ ဈာန်ဝင်စားနေလေသည်။ ရှင်အာနန္ဒာသည် နေရောင်၊ လရောင်၊ မင်းကြီး၏ တန်ဆာအရောင်၊ ရဟန္တာကိုယ်ရောင်၊ ဘုရားအရောင်တော်ဟု ဆိုအပ်သော အရောင်ငါးပါးတို့ကို မြင်၍ အရှင်ဘုရား....ကိုယ်တော်မြတ် အရောင်သည် အရောင်တကာတို့ထက် သာလွန်ပေသည်ဟု လျှောက်ရာတွင် “ဒိဝါ တပတိ အာဒိစ္စော” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၇။ နေမင်း နေခင်း ထွန်းလင်းတင့်တယ်၊
 လမင်း ညခင်း ပင်း ပါတယ်၊
 ဘုရင်မင်းများ ဝတ်စား ရောင်ခြယ်၊
 ဈာန်ဝင်စား ဟောက်ငြား ရဟန်းဝယ်၊
 စင်စစ်သော်ကား ဘုရားရှင်ဗယ်၊
 တန်ခိုးမြတ် မပြတ်ရောင်စုံခြယ်။

387. The sun shines by day, the moon is bright by night; armoured shines the warrior, meditating the brāhmaṇa shines; but all day and night the Buddha shines in glory.

စကားပြေ။ ။ နေမင်းသည် နေခင်းအခါ၌သာ တင့်တယ်တောက်ပ၏။
 လမင်းသည် ညအချိန်၌သာ တင့်တယ် ထွန်းပ၏။
 (စစ်ဘုရင်) ဘုရင်မင်းမြတ်မှာ (ချပ်ဝတ်တန်ဆာ) မင်းမြှောက်တန်ဆာ
 ဆင်ထားသောအခါ တင့်တယ်တောက်ပ၏။ ရဟန္တာသည် ဈာန်ဝင်စား
 နေသောအခါ တင့်တယ်တောက်ပ၏။ ဘုရားရှင်သည် နေ့ရော ညညှိပါ
 အခါခပ်သိမ်း တန်ခိုးတော်အရောင်ဖြင့် တပြောင်ပြောင် တင့်တယ်
 တောက်ပတော်မူ၏။

warrior	စစ်ဘုရင်၊ (စစ်ဗိုလ်ချုပ်)
meditating	ဈာန်ဝင်စားနေသောအခါ
in glory	တန်ခိုးတော်အရောင်ဖြင့်

၂၇၀။ အညတရဗြာဟ္မဏံ ပဗ္ဗဇိတ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေစော်မူသောအခါ ပုဏ္ဏားတယောက်သည် တက္ကတွန်းတို့ထံ ရဟန်း
ပြု၍ ကျောင်းတော်တို့လာပြီးလျှင် အရှင်ဘုရား ... အကျွန်ုပ်ကို
“ ဗြာဟ္မဏပဗ္ဗဇိတ ” ခေါ်စော်မူပါဟု လျှောက်ရာတွင် ဗာဟိတ-

၃၈၈။ ဗာဟိတပါပေါတိ ဗြာဟ္မဏော၊
သမစရိယာ “သမဏောတိ” ဝုစ္စတိ။
ပဗ္ဗာဇယမတ္တနော မလံ၊
တသ္မာ “ပဗ္ဗဇိတောတိ” ဝုစ္စတိ။

အနက်—

ယသ္မာ၊ အကြင်ကြောင့်။ ဗာဟိတပါပေါတိ၊ မကောင်းမှု
များကို ပယ်ရှားပြီးဖြစ်သောကြောင့်။ ဗြာဟ္မဏောတိ၊ ဗြာဟ္မဏ
မည်၏ ဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။ သမစရိယာ၊ မကောင်းမှု
ငြိမ်းအောင် ထိန်းသိမ်းတတ်သော အကျင့်ရှိသောကြောင့်။
သမဏောတိ၊ သမဏမည်၏ ဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။ အတ္တနော၊
မိမိ၏။ မလံ၊ ရာဂစသည် အညီရစ်မြှေး အညစ်အကြေးကို။
ပဗ္ဗာဇယံ-ပဗ္ဗာဇယန္တော၊ နှင်ထုတ် သုတ်သင်လျက်။ စရတိ၊
လှည့်လည်ကျင့်သုံး၏။ တသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်။ ပဗ္ဗဇိတောတိ၊
ပဗ္ဗဇိတ ဟူ၍။ ဝုစ္စတိ၊ ဆိုအပ်၏။

ပါပေါ်တီ ပြာဟွံဏော ” စသော ဂီတကို ဟောတော်မူသည်။
ထို့ ပုဏ္ဏား သောတာပန် တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၀၈။	မကောင်းပယ်ရှား	ပုဏ္ဏား မည်သာ၊
	မကောင်းမှုငြိမ်း	ကျင့်ထိန်း သမဏာ၊
	မိမိထုဂ	နှင်ချ လှိုသာ၊
	ခေါ်ဆိုရ	ပဗ္ဗ မြတ်စိတ၊
	ငါ့ဇိန	နှုတ်ဟ မိန့်သေချာ။

388. Because he has discarded evil, he is called a "*brāhmaṇa*"; because he lives in quietude, he is called a "*samaṇa*"; because he gives up the impurities, he is called a "*pabbajita*" (recluse).

စကားပြေ။ ။ မကောင်းမှု (အကုသိုလ်) ကို ပယ်ရှားပြီး ဖြစ်သော
 ကြောင့် “ဗြာဟ္မဏ” ဟု ခေါ်၏။ မကောင်းမှုငြိမ်း
 ဆောင် ထိန်းသိမ်းလျက် နေထိုင်တတ်သောကြောင့် “သမဏ” ဟု
 ခေါ်၏။ ရာဂ, စသော, ကိလေသာ မြူညစ်ကြေးတို့ကို နှင်ထုတ်ပေးတတ်
 သောကြောင့် “ပုဗ္ဗဇိတ” ဟု ခေါ်၏။

discarded

ပယ်ရှားပြီးသော

recluse

တောထွက်သူ (ပဉ္စမိတ)

၂၇၁။ သာရိပုတ္တဇ္ဇေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာပတ္တိပြည့် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိပုဏ္ဏားဟုယောက်သည် ရှင်သာရိပုတ္တရာ

၃၈၉။ န ပြာဟ္မဏဿ ပဟရေယျ၊
နာဿ မုဉ္ဇေထ ပြာဟ္မဏော။
ဓိ ပြာဟ္မဏဿ ဟန္တာရံ၊
တတော ဓိ ယဿ မုဉ္ဇတိ။

အနက်—

ပြာဟ္မဏော၊ မကောင်းမှုမှ ကင်းရှင်းပြီးသော သူတော်
ကောင်းက။ ပြာဟ္မဏဿ၊ မကောင်းမှုမှ ကင်းရှင်းပြီးသော
သူတော်ကောင်းကို။ န ပဟရေယျ၊ ခက်ထန်ကြမ်းကြုတ်
မပုတ်ခတ်တန်ရာ၊ ပြာဟ္မဏော၊ အာသဝေါ ကင်းကွာ ရဟန္တာ
သည်။ အဿ၊ မိမိကို ပုတ်ခတ်လေ့ရှိသောသူအား။ ဝေရံ၊ အခိုး
အလျှံ အမျက်ရန်ကို။ န မုဉ္ဇေထ၊ မလွှတ်တန်ရာ။ ပြာဟ္မဏဿ၊
အာသဝေါကင်းကွာ ရဟန္တာအား။ ဟန္တာရံ၊ သတ်ပုတ်ညှဉ်းဆဲ
ခြင်းသည်။ ဓိ၊ စက်ဆုပ်စရာ ရှက်ဖွယ်သာဖြစ်၏။ ယော၊
အကြင် မုတ်ခတ်ခံသောသူသည်။ အဿ၊ ထိုပုတ်ခတ်ညှဉ်းဆဲ
သော သူ၏။ ဥပရိ၊ အပေါ်၌။ ဝေရံ၊ အတုံတဖန် ပြန်သော
ရန်ကို။ မုဉ္ဇတိ၊ ဒေါသအမျက်ထွက်လွှတ်၏။ သောပိ၊ အတုံ
တဖန် ပြန်၍ အမျက်ထွက်သော သူသည်လည်း။ တတော၊
ထိုရှေ့ဦးစွာအမျက်ထွက်သောသူထက်။ ဓိ၊ ပို၍ပင် ကဲ့ရဲ့ပြစ်တင်
စက်ဆုပ်ဖွယ် ရှက်ဖွယ်ရှိသည်သာလျှင်တည်း။

အမျက်ထွက်၊ မထွက်ကို စုံစမ်းခြင်းငှါ ဆွမ်းခံကြွတော်မူရာ၌ နောက်မှ
လိုက်၍ ပြင်းစွာပုတ်ခတ်ရာ အမျက်မထွက်သည့်ကိုသိသဖြင့် နောက်

မြန်မာကဗျာ

၃၈၉။ သူတော်ချင်းလဲ မညှဉ်းဆဲရာ၊
ညှဉ်းဆဲသူတို့ မျက်မထွက်သာ၊
သူတော်သတ်ညှဉ်း ရှက်ခြင်းပိုလာ၊
အမျက်ထွက် ပိုလျက်ရှက်စရာ။

389. One should not strike a brāhmaṇa; a brāhmaṇa should not vent (his wrath) on him. Shame on him who strikes a brāhmaṇa! More shame on him who gives vent (to his wrath).

စကားပြေ။ သူတော်ကောင်းကို သူတော်ကောင်းက မပုတ်ခတ်
တန်ရာ။ မိမိကို ပုတ်ခတ်သောသူအားလည်း အမျက်
ဒေါသ မာန်မာန မထွက်မလွှတ်စေရာ။ သူတော်ကောင်းအား သတ်
ညှဉ်းသော သူသည် စက်ဆုပ်ရွံ့ဖွယ် ရှက်စဖွယ်ပင်ဖြစ်၏။ တို့ထက် မိမိကို
ပုတ်ခတ်ညှဉ်းဆဲသောသူကို ပြန်၍ အမျက်ထွက်သောသူက သာ၍ပင်
စက်ဆုပ်ဖွယ် ရှက်ဖွယ်ကြီး ဖြစ်လှ၏။

တဖန်ပူပန်ခြင်းရှိ၍ ကန်တော့ကန်ချပြီးလျှင် မိမိအိမ်သို့ပင့်၍ ဆွမ်းလုပ်
ကျွေးလေ၏။ ဤအကြောင်းကို ရဟန်းတို့ ဘုရားရှင်အား လျှောက်လေ

၃၉၀။ န ဗြာဟ္မဏဿ' တဒကိဉ္စိ သေယျော၊
ယဒါ နိသေဓော မနသော ပိယေဟိ။
ယတော ယတော ဟိံသမနော နိဝတ္တတိ၊
တတော တတော သမ္ပတိမေဝ ဒုက္ခံ။

အနက်—

ယဒါ၊ အကြင်အခါ၌။ ပိယေဟိ၊ မေတ္တာသက်ဝင် လွန်ချစ်
ခင်ခြင်းတို့မှ။ မုတ္တဿ၊ ကင်းကွာသော။ မနသော၊ ဒေါသ
စိတ်ကို။ အနိသေဓော၊ နှိပ်ကွပ်ဆုံးမသောအားဖြင့် မတားမြစ်
နိုင်ခြင်းသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။ တေ၊ ဤသို့ ဒေါသစိတ်ကို
မတားမြစ်နိုင်ခြင်းသည်။ ဝါ၊ ဒေါသစိတ်ကို မတားမြစ်နိုင်
သဖြင့် ဆဲရေးပုတ်ခတ်ခြင်း တုံ့ပြန်၍ လက်စားချေခြင်းသည်။
ဗြာဟ္မဏဿ၊ သူ့ဘက်ကောင်းအား။ ကိဉ္စိ၊ မပြောပဖွယ်
အနည်းငယ်မျှလည်း။ န သေယျော၊ မမြတ်။ ဝါ၊ အကျိုးမရှိ။
ယတော ယတော၊ အကြင် အကြင်အခါ၌။ ဟိံသမနော၊
ညှဉ်းဆဲလိုသော စိတ်သည်။ နိဝတ္တတိ၊ ပြတ်စဲ ဆုတ်နုတ်၏။
တတော တတော၊ ထိုထို အခါ၌။ ဒုက္ခံ၊ ဆင်းရဲဒုက္ခ ဟူသမျှသည်။
သမ္ပတိမေဝ၊ ငြိမ်းအေးတော့သည် သာလျှင်တည်း။

သော်ထိုရဟန်းအား တရားဟောခြင်းငှါ “န ဗြာဟ္မဏဿ ပဟရေယျ”
စသော နှစ်ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၀။ မေတ္တာ သက်ဝင် ချစ်ခင်ကင်းကွာ၊
ဒေါသစိတ်ထား မတား နိုင်ခါ၊
လက်စား ချေခြင်း သက်ညှဉ်း တာဟာ၊
ကျိုးမနပ် မမြတ် သူတော်မှ၊
သတ်ညှဉ်းလိုစိတ် ကင်းဆိတ်သောခါ၊
ဒုက္ခသိမ်း အေးငြိမ်းတော့ သည်သာ။

390. Unto a brāhmaṇa that (non-retaliation) is of no small advantage. When the mind is weaned from things dear, whenever the intent to harm ceases, then and then only sorrow subsides.

စကားပြေ။ ။ မေတ္တာသက်ဝင် ချစ်ခင်ခြင်းမှ ကင်းပြီး ဒေါသစိတ်ကို
မတားမြစ်နိုင်သောအခါ သူတော်သူမြတ်အား (ဆဲရေး
ခြင်း သတ်လား ပုတ်လားနှင့်) လက်စားချေခြင်းသည် အနည်းငယ်မျှ
အကျိုးမနပ် မမြတ်လှပေ။ အကြင်အခါ၌ ညှဉ်းဆဲလိုသော စိတ်သည်
ပြတ်စဲဆုတ်နု၏။ ထိုအခါမှသာ ဆင်းရဲဒုက္ခဟူသမျှ အေးမြတော့သည်။

၂၇၂။ မဟာ ပဇာပတိ ဂေါတမိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ “ဂရုဓမ္မ” ရှစ်ပါးကို ဝန်ခံ၍ ပဉ္စင်းဖြစ်သော

၃၉၁။ ယဿ ကာယေန ဝါစာယ၊

မနသာ နတ္ထိ ဒုက္ခဋ္ဌံ။

သံဝုတံ တိဟိ ဌာနေဟိ၊

တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ ကာယေန စ၊ ကိုယ်ဖြင့်လည်း
ကောင်း။ ဝါစာယ စ၊ နှုတ်ဖြင့် လည်းကောင်း။ မနသာ စ၊ စိတ်
ဖြင့် လည်းကောင်း။ နတ္ထိ၊ အပါယ်လားကြောင်း မကောင်း
သော အမှုပြုခြင်းသည်။ ဒုက္ခဋ္ဌံ၊ မရှိ။ တိဟိ ဌာနေဟိ၊ ကိုယ်၊ နှုတ်၊
နှလုံး သုံးပါသော အကြောင်းတို့ဖြင့်။ သံဝုတံ၊ အကုသိုလ် မဖြစ်
အောင် ဟောင်းစွာ စောင့်ရှောက်သော။ တံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။
ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊
ဟောကြားဟောမူ၏။

မိတ္ထေတောဂေါတမိကိုအကြောင်းပြု၍ “ယဿ ကာယေန ဝါစာယ”
စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၁။	ကိုယ်နှုတ်စိတ်ဖြင့်	အသင့်ရှောင်ကြဉ်၊
	အပါယ်လားကြောင်း	မကောင်းအစဉ်၊
	သုံးပါးစလုံး	စောင့်သုံးဖြူစင်၊
	ဗြာဟ္မဏ	မိန့်ဟ ဘုရားရှင်။

391. He that does no evil through body, speech, or mind, who is restrained in these three respects, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား ကိုယ်၊ နှုတ်၊ စိတ်ဖြင့် အပါယ်လား
ကြောင်း မကောင်းဟူသမျှ ရှောင်ကြဉ်၏။ (ကိုယ်၊ နှုတ်၊
စိတ်) သုံးပါးသော အကြောင်းတို့ဖြင့် (အကုသိုလ်မဖြစ်အောင်)
ကောင်းစွာ စောင့်ရှောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား
ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၅၉။ သာရိပုတ္တတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေ့တော် မူသော အခါ ရှင်သာရိပုတ္တရာသည် ဘုရားရှင်မိတ္တေမိ
“ဃေ ဓမ္မာဟေတုပ္ပဘဝါ” ဟူသောတရားကို ဟောကြားပေးသော
အသုဇိမထေရ်ကို နေ့တိုင်းရှိခိုး၏။ အသုဇိမထေရ်ရှိရာ အရပ်သို့

၃၉၂။ ယမ္မာ ဓမ္မံ ဝိဇာနေယျ၊
သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဒေသိတံ။
သက္ကစ္စံ တံ နမသေယျ၊
အဂ္ဂိဟုတ္တံ ဝ ဗြာဟ္မဏော။

အနက်—

ယမ္မာ-အာစရိယံ၊ အကြင်ဆရာထံမှ။ သမ္မာသမ္ဗုဒ္ဓဒေသိတံ၊
မြတ်စွာဘုရား ဟောကြားတော်မူသော။ ဓမ္မံ၊ တရားတော်ကို။
ဝါ၊ သစ္စာလေးပါး မြတ်တရားကို။ ဝိဇာနေယျ၊ သင်ယူ၍
နားလည် သဘောပေါက် တတ်မြောက်သဖြင့် ခဲ့ငြားအံ့။ တံ-
အာစရိယံ၊ ဟံ့ဆင်ပြ ဟောကြား ဆရာသမားကို။ ဗြာဟ္မဏော၊
ပုဏ္ဏားသည်။ အဂ္ဂိဟုတ္တံ၊ မိမိအယူ စင်ဖြူရည်ရော် ယဇ်ပူဇော်
သော မီးကို။ သက္ကစ္စံ၊ ကောင်းစွာကျွေးလုပ် ယက်အုပ်ချီကာ
ရှိသေစွာ။ နမသေယျ၊ ရှိခိုးတံ့သကဲ့သို့၊ သက္ကစ္စံ၊ ရှိသေစွာ၊
နမသေယျ၊ တယ်ခါးဆီ ကြည်ညိုမြတ်နိုး ဦးညွတ်ကျိုး၍
ရှိခိုးရာ၏။

ဦးခေါင်းမူ၍ ကျိန်းတော်မူ၏။ ရဟန်းတို့သည် ထိုကဲ့သို့ အရပ်မျက်နှာ
ကို ရှိခိုးသည်ဟု မှတ်၍ တုရားရှင်အား လျှောက်ရာတွင် “ယမ္မာ ဓမ္မံ
ဝိဇာနေယျ” စသော ဝါယာကို ဟောတော်မူတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၂။ အကြင်ဆရာ ထံမှ လာလျှင်၊
တုရားဟောကြား တရားသိမြင်၊
မီးလုပ်ကျွေးခြား ပုဏ္ဏားပုံသွင်၊
ရိညွတ်ကျိုး ရှိခိုး ဆရာရှင်။

392. If from anybody one should understand the Doctrine preached by the Fully Enlightened One, devoutly should one reverence him, as a brāhmaṇa revere the sacrificial fire.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ဆရာထံမှ တုရား ဟောကြား မြတ်ပရားကို
သင်ယူ၍ နားလည် ယောဂတော်ကိုလျှင် ပုဏ္ဏား
တယောက်သည် ပူဇော်လေးကောင်းကို ကောင်းစွာကျွေးလုပ် ယောင်အုပ်
ချီကာ ရှိသေစွာရှိခိုးသကဲ့သို့ ထိုဆရာ သိစေသော ဆရာကို ခြံ့ညီညီ
လေးစားစွာ ရှိခိုးရမည်။

၂၇၄။ ဇဋ္ဌိလဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်ကော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဆံကျစ်ထုံးသော ပုဏ္ဏားတယောက်သည်

၃၉၃။ န ဇဋ္ဌာဟိ န ဂေါတ္တေန၊
န ဇစ္စာ ဟောတိ ဗြာဟ္မဏော။
ယမိ သစ္စဉ္စ ဓမ္မော စ၊
သော သုစိ သော စ ဗြဟ္မဏော။

အနက်—

ဇဋ္ဌာဟိ၊ ဆံကျစ်ထုံးကာမျှဖြင့်၊ ဝါ၊ ရှုပ်ပွေ့ပြဲပြဲထုံးဖွဲ့အပ်
သော ဆံကျစ်တို့ဖြင့်။ ဗြာဟ္မဏော၊ (ငါဘုရားတို့ ဟောကြား
ဖော်ပြ) ဗြာဟ္မဏ စင်စစ်မည်သည်။ န ဟောတိ၊ မဖြစ်နိုင်
သေး။ ဂေါတ္တေန၊ (လေကဝေါဟာရ ပြောရတင့်တယ်) အနွယ်
စစ်ကာမျှဖြင့်။ ဗြာဟ္မဏော၊ ဗြာဟ္မဏစစ်စစ် မည်သည်။
န ဟောတိ၊ မဖြစ်နိုင်သေး။ ဇစ္စာ၊ (စဉ်လာအရိုး ထင်စွာကိုး
လောက်အောင်) အမျိုးကောင်းကာမျှဖြင့်။ ဗြာဟ္မဏော၊
ဗြာဟ္မဏ စင်စစ် မည်သည်။ န ဟောတိ၊ မဖြစ်နိုင်သေး။
ယမိ ပုဂ္ဂလေ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်၌။ သစ္စဉ္စ၊ သစ္စာလေးပါးကို သိမြင်
ခြင်းသည် လည်းကောင်း။ ဓမ္မော စ၊ လေခကုတ္တရာ စာရေးသည်
လည်းကောင်း။ အတ္ထိ၊ ရှိ၏။ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်။
သုစိစေဝ၊ (ညစ်ကြေးထွဲဘွယ် ညီမတူယပ်) စင်ကြယ်သောသူ
မည်သည် လည်းကောင်း။ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်။
ဗြာဟ္မဏော၊ (ငါဘုရားတို့ ဟောကြားဖော်ပြ) ဗြာဟ္မဏစင်စစ်
မည်သည် လည်းကောင်း။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။

အကျွန်ုပ်ကို ဗြာဟ္မဏခေါ်တော်မူပါဟု လျှောက်ရာတွင် “န ဇဋ္ဌာဟိ
န ဂေါတ္ထေန” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၃။ ဆံကျစ်တုံးလစ်	နွယ်စစ် မျိုးစင်၊
ဤသုံးဝနှင့်	ဗြာဟ္မဏမတွင်၊
သစ္စာ ဓမ္မ	ပြည့်ဝ ဖြစ်၊
ထိုသူမှ	ဗြာဟ္မဏအမည်တွင်။

393. Not by matted hair, nor by family, nor by birth does one become a brāhmaṇa; but in whom there exist both truth and righteousness, pure is he, a brāhmaṇa is he.

စကားပြေ။ ။ဆံကျစ်ထုံးကံမျှဖြင့် လည်းကောင်း၊ အနွယ်စစ်ကံမျှ
ဖြင့် လည်းကောင်း၊ အမျိုးကောင်းကံမျှဖြင့် လည်း
ကောင်း ဗြာဟ္မဏ မဖြစ်သေး။ သစ္စာလေးပါးတရားသိမြင် လောကုတ္တရာ
ဉာဏ်အမြင် နှစ်ပါးလုံး ပြည့်ဝတည်ရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်သည် ညစ်ကြေးမကင်
သန့်ရှင်းစင်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်သာ ဗြာဟ္မဏ အမည်ရ၏။

by family အနွယ်စစ်ကံမျှဖြင့်
righteousness (လောကုတ္တရာတရား) တရားမျှတခြင်း

၂၇၅။ ကုဟကဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဝေဿာလီပြည် ကုဋ္ဌာဂါရ ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ သစ်ပင်မှာ တွဲလွဲဆွဲ၍ လင်းနှိုက်သို့ကျင့်လျက်
လှည့်ပတ်စဉ်းလဲသော ပုဏ္ဏားတယောက်၏ အကြောင်းကို ရဟန်းတို့
ပြောကြရာတွင် ဤပုဏ္ဏားကို ရွှေအခါက မုသေ့စဉ်းလဲဖြစ်စဉ်က ငါ
သည် ဖွတ်မင်းဖြစ်၍ ဆိုးတော်မူခဲ့လေပြီဟု...မိန့်တော်မူ၍ ဖွတ်မင်း

၃၉၄။ ကိံ တေ ဇဋ္ဌာဟိ ဒုမ္မေဓ၊
ကိံ တေ အဇိနသာဋိယာ။
အဗ္ဘန္တရံ တေ ဂဟနံ၊
ဗာဟိရံ ပရိမဇ္ဇသိ။

အနက်--

ဒုမ္မေဓ၊အို....ပညာမဲ့သော ရသေ့။ တေ၊ သင့်အား။ ဇဋ္ဌာဟိ၊
ဆံကျစ်ထုံးခြင်းတို့ဖြင့်။ ကိံ၊ အဘယ်အကျိုးရှိအံ့နည်း။ အဇိန-
သာဋိယာ၊ သစ်နက်ရေကို ဝတ်ထားခြင်းဖြင့်။ တေ၊ သင့်အား။
ကိံ၊ အဘယ်အကျိုး ရှိအံ့နည်း။ တေ၊ သင်၏။ အဗ္ဘန္တရံ၊
ကိုယ်တွင်း၌၊ ဂဟနံ၊ (မရှင်းသေးသော၊ ရာဂစသော) ကိလေသာ
တောအုပ် လွန်ထွေးရှုပ်သည်။ အသိ၊ ဖြစ်၏။ တေ၊ သင်၏။
ဗာဟိရံ၊ အပြင်ပသော။ ပရိမဇ္ဇသိ၊ လှပဆင်ယင် သန့်ရှင်းစင်၏။

ဆုံးမအပ်သော ဂါထာကို ပြောတော်မူခြင်းငှါ “ ကိ” တေ ဇဋ္ဌာဟိ
ဒုဗ္ဗေဓ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၄။ အို...ရသေ့ညစ် ဆံကျစ်ထုံးနေ၊
သစ်နက်ဝတ်ဘိ ဘယ်ကျိုးရှိပေ၊
သင့်ကိုယ်တွင်းပုပ် တောရွှပ်ကိလေ၊
ပြင်ပသာ မှန်စွာ သန့်ရှင်းစေ။

394. What is the use of you a matted hair, O witless man! What is the use of your antelope garment? Within you are full (of passion), without you embellish.

စကားပြေ။ ။ အို...ပညာမဲ့သော ရသေ့...သင့်မှာ ဆံကျစ်ထုံးခြင်းတို့
ဖြင့် အဘယ် အကျိုးရှိအံ့နည်း။ သစ်နက်ရေ ဝတ်ထား
ခြင်းဖြင့် အဘယ်အကျိုးရှိအံ့နည်း။ သင့်ကိုယ်တွင်း၌ (မရှင်း ရသေး
သော) ကိလေသာ တောအုပ် ထွေးရှုပ်လျက်ရှိ၏။ သင့်ကိုယ် ပြင်ပသာ
လှပဆင်ယင် သန့်ရှင်းစင်၏။

၂၇၆။ ကိသာဂေါတမိ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရှုဇဂြိုဟ်ပြည် ဂိဇ္ဈကုဋ်တောင်၌ နေတော်
မူသောအခါ ပံ့သကူ ဆောင်သောအရာ၌ တေဒဂ်ရသော ကိသာ

၃၈၅။ ပံသုကူလဓရံ ဇန္တု၊
ကိသံ မမနိသန္တတံ။
ကေ ဝနသ္မိံ ဈာယန္တံ၊
တမဟံ ဗြုမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ပံသုကူလဓရံ (မြေမှန်လိမ်းကျံ) ပံ့သကူသင်္ကန်းကို ဆင်မြန်း
ယူဆောင်တသော။ ကိသံ၊ အသွေးအသား နည်းပါးပိန်ကြွ
တသော။ မမနိသန္တတံ၊ အကြောကွန်ရက် ဖြူးယှက်ပေါ်ပြိုင်
ဖြိုင်ဖြိုင်တသော ကိုယ်ရှိတသော။ ကေ၊ ဇွဲအာကြီးကြီး
တယောက်ထီးတည်း။ ဝနသ္မိံ၊ လူသူကင်းတိတ် တေးမြိုင်ရိပ်၌။
ဈာယန္တံ၊ ဈာန်ဝင်စား နေလေ့ရှိသော။ ဝါ၊ ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုနေ
သော။ တံ ဇန္တု၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ မကောင်းမှုကို အပ
ပြုပြီးသူဟူ၍။ အဟံ၊ သင်တို့ဆရာ ဘုရားငါသည်။ ဗြုမိ၊
ဟောကြားတော်မူ၏။

ဂေါတမီထေရီမကို အကြောင်းပြု၍ “ပံသုက္ကလဓရံ ဇန္တိ” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၅။ ပံသုက္ကလဓရံ သင်္ကန်းဆောင်ကာ၊
 ကြုံလှီကြောဖြိုင် ယိမ်းယိုင်ကိုယ်မှာ၊
 ဇေယျာတောထွက် ဈာန်သက်သူသာ၊
 ဗြာဟ္မဏ ခေါ်ကြံ အမှန်သာ။

395. The person who wears dust-heap robes, who is
lean, who is overspread with veins, who meditates alone
in the forest, him I call a Brāhmaṇa..

စကားပြေ။ ပံသုက္ကသင်္ကန်းကို ဝတ်ကာ ကြုံလှီ၍ အကြောဖြိုင်ဖြိုင်
 ထသော (ကိုယ်ရှိလျက်) ဇေယျာတောထွက် ဇာန်သက်သူ
 တည်းဖြင့် တောမြိုင်စခန်း ကမ္မဋ္ဌာန်းရှုစော ပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ ဗြာဟ္မဏဟု
 ငါတို့ဆရာ ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၇၇။ ကေပြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ပြာဟ္မဏ ခေါ်စေလိုသော ပုဏ္ဏား
တယောက်ကို အကြောင်းပြု၍ “န စာဟံပြာဟ္မဏံ ဗြုမိ” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

၃၉၆။ န စာဟံ ပြာဟ္မဏံ ဗြုမိ၊
ယောနိဇံ မတ္တိသမ္ဘဝံ၊
ဘောဝါဒိ နာမ သော ဟောတိ၊
သဓေ ဟောတိ သကိဉ္ဇနော၊
အကိဉ္ဇနံ အနာဒါနံ၊
တဗဟံ ဗြုမိ ပြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယောနိဇံ၊ ပုဏ္ဏားမျိုး၌ဖြစ်သော၊ မတ္တိသမ္ဘဝံ၊ ပုဏ္ဏားမ၏
ဝမ်း၌ ကိန်းပိုက်သန္ဓေ ဟည်နေဖြစ်ပေါ်လာသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို။
ပြာဟ္မဏံ၊ စင်စစ်မှန်စွာ ပြာဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။
န ဗြုမိ၊ ဟောတော်မူ။ ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်။
သကိဉ္ဇနော၊ ကိလေသာ ကြောင့်ကြ ကိဉ္ဇန သဘောရှိသည်။
သဓေ ဟောတိ၊ အကယ်၍ဖြစ်ခဲ့ငြားအံ့၊ ဧဝံ သတိ၊ ဤသို့ကြောင့်
ကြ ကိဉ္ဇန တရားရှိခဲ့သော်။ သော ပုဂ္ဂလော၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်။
ဘောဝါဒိနာမ၊ ဘောဘော...ဟု ဆိုလေ့ရှိသောကြောင့်
ဘောဝါဒိမည်သော ပုဏ္ဏားသည်သာ။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။
ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ အကိဉ္ဇနံ၊ ကိလေသာ
ကြောင့်ကြ လုံးဝမရှိသည်။ အနာဒါနံ၊ ကာမအစ လေးဝမည်ခံ
ဥဒါဒါန်ဖြင့် ဖန်ဖန် စွဲလမ်းခြင်း မရှိသည်။ ဟောတိ၊ ဖြစ်၏။
တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ပြာဟ္မဏံ၊ ပြာဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါဘုရား
သည်။ ဗြုမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၆။ ပုဏ္ဏားမ ဖွား မျိုးသားစစ်စေ၊
 ဗြာဟ္မဏစစ် မဖြစ်နိုင်ပေ၊
 ကိလေကြောင့်ကြ လုံးဝရှိနေ၊
 ဘောဝါဒီ မည်ရှိ သူဆိုလေ။
 စွဲမက်ကြောင့်ကြ လုံးဝကင်းနေ၊
 ငါဗုဒ္ဓ မိန့်ဟ ဗြာဟ္မဏေ။

396. I do not call him a brāhmaṇa merely because he is born of a womb or sprung from a brāhmaṇa mother. He is merely a "Dear addresser" if he is with impediments. He who is free from impediments, free from clinging, him I call a brāhmaṇa.

ကားပြေ။ ။ ပုဏ္ဏားမျိုးဖြစ်သည့် ပုဏ္ဏားမှ မွေးဖွားသော ပုဏ္ဏားကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား မဟောကြားပေ။ ထိုပုဏ္ဏားသည် ကိလေသာ ကြောင့်ကြမှုရှိနေလျှင် ဘောဘော ဟု ဆိုလေ့ရှိသူ ဘောဝါဒီ မည်သော ပုဏ္ဏားတယောက်သာ ဖြစ်သည်။ ကိလေသာ ကြောင့်ကြလုံးဝ မရှိ စွဲလမ်းတပ်မက်ခြင်းလည်း မရှိသော သူကိုသာ ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၇၈။ ဥဂ္ဂသေနသေဋ္ဌိပုတ္တ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းကော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဥဂ္ဂသေနမထေရ်ကို အကြောင်းပြု၍ “သဗ္ဗ-
သံယောဇနံ ဆေတွာ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

၃၉၇။ သဗ္ဗသံယောဇနံ ဆေတွာ၊
ယော ဝေ န ပရိတဿတိ။
သင်္ဂါတိဂံ ဝိသံယုတ္တံ၊
တမဟံ ပြုမိ ပြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ သဗ္ဗသံယောဇနံ၊
(ဆယ်ပါးပြားတုံ) အလုံးစုံသော သံယောဇဉ်ကို။ ဆေတွာ၊
(အရဟတ္တမဂ်ဖြင့်) ဖယ်ဖျက်ဖြတ်တောက်၍။ ဝေ၊ စင်စစ်။
န ပရိတဿတိ၊ ပူပန်ခြင်းမရှိ။ သင်္ဂါတိဂံ၊ (ရာဂစရှိ ကပ်ငြိ
တတ်စွာ ကိလေသာတို့ကို) ကောင်းစွာ လွတ်မြောက်ထသော။
ဝိသံယုတ္တံ၊ ကိလေသာနှင့် ယှဉ်ခြင်းမရှိသော။ ဝါ၊ ကာမယောဂ
စသည်အပြား လေးပါးကင်းစင် မယှဉ်ထသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊
ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ပြာဟ္မဏံ၊ မကောင်းမှုကို အပပြုကာ ရဟန္တာဟူ၍။
အဟံ ငါဘုရားသည်။ ပြုမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၇။ သံယောဇဉ်ကြီး ဖြတ်ချိုး၍သာ
 ပူပန်မရှိ ကပ်ငြိ လွတ်ကာ၊
 ယောဂလေးအပ် မယှဉ်သူသာ၊
 ဗြာဟ္မဏ ဗုဒ္ဓ မိန့်ခဲ့မူ။

397. He who has cut off all fetters, who trembles not, who has gone beyond ties, who is unbound, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အလုံးစုံသော သံယောဇဉ်တို့ကို (အရဟတ္တမဂ်ဖြင့်) ပယ်ဖျက်ဖြတ်တောက်၍ ပူပန်ကြောင့်ကြ မရှိ ကြိုးပမ်းအားထုတ် ကိလေသာညွှန်ပုပ်မှ လွတ်မြောက်ကာ ကာမယောဂ စသည့် လေးဖြာ မယှဉ်လာသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါတုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

trembles ပူပန်ခြင်းများ (စိုးရိမ်ကြောင့်ကြခြင်းများ)

unbound လွတ်ခြင်းမရှိသော (ကာမယောဂ စသည့် လေးဖြာမယှဉ်လာသော)

၂၇၉။ ခွေဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ပုဏ္ဏားနှစ်ယောက်တို့ နွားကောင်း၊ လှည်း

၃၉၀။ ဆေတွာ နဒ္ဓိံ ဝရတ္တဉ္စ၊
သန္ဓာနံ သဟနုက္ကမံ။
ဥက္ခိတ္တပလိသံ ဗုဒ္ဓံ၊
တဟံ ဗြုမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ နဒ္ဓိံ (အမျက်ဒေါသ
တည်းဟူသော) ကြိုးကို လည်းကောင်း။ ဝရတ္တဉ္စ၊ (တဏှာတည်း
ဟူသော) ကြိုးကို လည်းကောင်း။ သဟနုက္ကမံ၊ (မပြတ်အစဉ်
စူးဝင်ငုတ်လျှိုး) အနုသယမျိုးနှင့်တကွဖြစ်သော။ သန္ဓာနဉ္စ၊ (မိစ္ဆာ
ဒိဋ္ဌိ ၆၂-ပါး တည်းဟူသော) နှောင်ကြိုးကို လည်းကောင်း။
ဆေတွာ၊ ဖြတ်၍။ ဥက္ခိတ္တပလိသံ၊ (အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော)
မင်းတုံးကို ဖြုတ်ပြီးသော။ ဗုဒ္ဓံ၊ (သစ္စာလေးပါး ပိုင်းခြား
တည့်တည့် သိမြင်သည့်အဖြစ်ကြောင့် ဗုဒ္ဓမည်သော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊
ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏ ဟူ၍။ အဟံ၊ ငါတုရားသည်။
ဗြုမိ၊ ဟောကြားတော် မူ၏။

ကောင်း ပြိုင်ကြရာတွင် သားဓမ္မလွန်ကြိုး ပြတ်သည်ကို အကြောင်းပြု၍
“ဆေတွာ နန္ဒီ” ဝဋ္ဋုဉ္ဇူ” စသော ဂါထာကို ဟောဆိုတတ်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၀။ တဏှာ ဧဝံသ နုသယပါ၊
 ခြောက်ဆယ့်နှစ်ပါး ကြိုးမျှား ဖြတ်ကာ၊
 အဝိဇ္ဇာဖုံး မင်းတုံး ပယ်ခွါ၊
 သစ္စာသိ ခေတိဘိ ဗြာဟ္မဏာ။

398. He who has cut the strap (hatred), the thong (craving), and the rope (heresies), together with the appendages (latent tendencies), who has thrown up the cross-bar (ignorance), who is enlightened (buddha), him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ ဒေါသတည်းဟူသောကြီးကို လည်းကောင်း၊ တဏှာ
တည်းဟူသောကြီးကိုလည်းကောင်း၊ အနုသယနှင့် တကွ
မိစ္ဆာဒိဋ္ဌိ (၆၂) ပါး တည်းဟူသော နှောင်ကြီးကို လည်းကောင်း
ဖြတ်၍ အဝိဇ္ဇာတည်းဟူသော မင်းတုံးကိုဖြုတ်ကာ သစ္စာသိမြင် ဗုဒ္ဓ
မည်တိုင်သောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ၈၂ ဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

thrown up

ပြည်ထောင်စုပေါင်းသော

corss-bar (ignorance) အစွဲတည်းဟူသော မှားတုံး

၂၈၀။ အက္ခောသက ဘာရဒွါဇ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ အက္ခောသက ဘာရဒွါဇ ပုဏ္ဏား၏ ဆဲရေးခြင်း
ကို သည်းခံ၍ ထိုပုဏ္ဏားကို အရဟတ္တဖိုလ်၌ တည်စေတော်မူသည်ဟု

၃၉၉။ အက္ခောသံ ဝဗေန္ဓု၊
အဒုဋ္ဌော ယော တိတိက္ခတိ။
ခန္တိဗလံ ဗလာနိကံ၊
တမဟံ မြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ အက္ခောသဉ္စ၊ ဆဲရေး
ခြင်းကိုလည်းကောင်း။ ဝဗေန္ဓု၊ (လက်စသည်တို့ဖြင့်) ပုတ်ခတ်
ခြင်း (နှောင်အိမ်စသည်တို့ဖြင့်) နှောင်ဖွဲ့ခြင်းကို လည်းကောင်း။
အဒုဋ္ဌော၊ အမျက်မထွက်ပဲ။ တိတိက္ခတိ၊ သည်းခံပေ၏။ ခန္တိဗလံ၊
သည်းခံနိုင်ခြင်း ခွန်အားရှိသော။ ဗလာနိကံ၊ (အဆင့်ဆင့်
အဖန်ဖန် သည်းခံနိုင်ခြင်း ကည်းဟူသော) စစ်သား ဗိုလ်ထု
ရှိသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထို ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏဟူ၍။
အဟံ၊ ငါတုရားသည်။ မြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

ပြော၍ အံ့သြ ချီးမွမ်းကြကုန်သော ရဟန်းတို့အား တရားဟောခြင်း
ငှါ “အက္ခောသံ ဝဗေန္ဓဉ္စ” စသောဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၃၉၉။ ပုတ်ခတ်ဆိုဆဲ နှောင်တဲ သူမုန့်၊
အမျက်မပွါး စိတ်ထား သည်းခံ၊
သည်းခံစစ်သား ဗိုလ်မျှားခြံရံ၊
ထိုသူမှ ခေါ်ကြ ဗြဟ္မဏံ။

399. He who, without anger, endures reproach, flogging and punishments, whose power, the potent army, is patience, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ဆဲရေးခြင်း၊ သတ်ပုတ်ညှဉ်းဆဲခြင်း၊ နှောင်ဖွဲ့ခြင်းတို့ကို
အမျက်မထွက်ပဲ သည်းခံကာ သည်းခံ အင်အား စစ်
သား ဗိုလ်ထူရှိသော သူကို ဗြဟ္မဏ ဟု ငါတရား ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၈၁။ သာရိပုတ္တဇ္ဇေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မယ်တော်သာရိပုတ္တဇ္ဇေမကြီး ကျိန်ဆဲသည်ကို

၄၀၀။ အက္ခောဓနံ ဝတဝန္တံ၊
သီလဝန္တံ အနုဿဒံ။
ဒန္တံ အန္တိမသာရီရံ၊
တမဟံ ပြုမိ ပြာဟ္မဏံ။

အနက်—

အက္ခောဓနံ၊ အမျက်ထွက်ခြင်း မရှိသော။ ဝတဝန္တံ၊
(ပိဏ္ဍပါတ်က စသည်ဖြူစင်) ဓူတင်အကျင့်ရှိသော၊ သီလဝန္တံ၊
(ပါတိမောက္ခ အာဒိပြုသည့် လေးဝသီလာ) စင်ကြယ်စွာသော
သီလရှိသော။ အနုဿဒံ၊ စွဲလမ်းကပ်ငြိ တဏှာလည်းမရှိသော။
ဒန္တံ၊ (စက္ခုစသော ခြောက်ပါးဣန္ဒြေ) ယဉ်ကျေးပေသော။
အန္တိမသာရီရံ၊ (သံသရာကမ်းဆိပ် စခန်းပိတ်သဖြင့်) အဆုံးအစွန်
သော ကိုယ်ရှိသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ပြာဟ္မဏံ၊
ပြာဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါတုရားသည်။ ပြုမိ၊ ဟောပြောတော်
မူ၏။

သည်းခုံတော်မူသော သာရိပုတ္တရာမထေရ်ကို အကြောင်းပြု၍
 “အက္ခောဓနံ ဝတဝန္တံ” စသည်ကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၀။ အမျက်ထွက်ကင်း ကျင့်ခြင်းစူတင်၊
 သီလလည်းရှိ ကပ်ငြိ ကင်းစင်၊
 ယဉ်ကျေးဆုံးမ ဘဝဆုံးပင်၊
 ထိုသူမှ ဗြာဟ္မဏ အမည်တွင်။

400. He who is not wrathful, but is dutiful, virtuous, not moistened with craving, controlled, and bears his final body, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အမျက်ထွက်ခြင်းမရှိ သီလဖြူစင် စူတင်ကျင့်ကာ စွဲလမ်း
 ကပ်ငြိ တဏှာလည်းမရှိ ဣန္ဒြေရရ ယဉ်ကျေးလှ၍
 (သံသရာကမ်းထိပ် စခန်းပိတ်သဖြင့်) အဆုံးစွန်သော ကိုယ်ရှိသော
 ပုဂ္ဂိုလ်မြတ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါတုရား ယောကြားတော်မူ၏။

၂၇၂။ ဥပ္ပလဝဏ္ဏာ ထေရီဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်ဟော်မြတ်သည် ဘာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဥပ္ပလဝဏ္ဏထေရီမကို နန္ဒလုလင် ဖျက်ဆီးရာတွင်
ထေရီမ သာယာသလော မသာယာသလော ဟု တွေးတောကြံကုန်

၄၀၁။ ဝါရိ ပေါက္ခရပတ္တေ၊
အာရဂ္ဂေဝိဝ သာသပေါ၊
ယော န လိမ္မတိ ကာမေသု၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ပေါက္ခရပတ္တေ၊ (ပိန်း) ကြာ ဖက်ပေါ်၌။ ဝါရိ၊ ရေသည်။
န လိမ္မတိ ဣဝ၊ ကပ်မတင် သကဲ့သို့လည်းကောင်း။ အာရဂ္ဂေ၊
စူးဖျား၌။ သာသပေါ၊ မုန့်ညှင်းစေ့သည်။ န လိမ္မတိ ဣဝ၊ မတင်
လျော့ကာ ကျလာသကဲ့သို့ လည်းကောင်း။ ယော၊ အကြင်
ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ကာမေသု၊ ငါးဖြာအာရုံ ကာမဂုဏ်တို့၌။
န လိမ္မတိ၊ တွယ်ဟာကပ်ငြိ စိတ်မရှိတော့ပေ။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထို
ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါတုရားသည်။
ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

သော သူတို့အား ရဟန္တာ၏သဘောကို ထင်ရှားပြခြင်းငှါ “ဝါရိ
မေဂ္ဂရပတ္တေဝ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၁။ ပိန်းကြာဖက်ထက် ရေစက်မတင်၊
မုန့်ညှင်းစေ့များ စူးဖျားမတင်၊
ထိုနည်း တူပ ကာမ မရွှင်၊
ထိုသူမှ ဗြာဟ္မဏ သူတော်စင်။

401. Like water on a lotus leaf, like a mustard seed on the point of a needle, he clings not to sensual pleasures, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ (ပိန်း) ကြာဖက်ပေါ်တွင် ရေမတင်လျှောကျဘိ
သကဲ့သို့လည်းကောင်း၊ ပွတ်စူးဖျား (အပ်ဖျား) ပေါ်
တွင် မုန့်ညှင်းစေ့များ မတင်သကဲ့သို့ လည်းကောင်း လောကီအာရုံ
ကာမဂုဏ်တို့ကို တွယ်တာကပ်ငြိ စိတ်မရှိသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု
ခေါ်ဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၈၃။ အညတရ ဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသောအခါ သိက္ခာပုဒ် မပညတ်မီ ကျန်တယောက်သည် ထွက်ပြေး၍ ရဟန်းပြုပြီးသော် ကမ္မဋ္ဌာန်းကို အားထုတ်သဖြင့် ရဟန္တာ အဖြစ်သို့ ရောက်၏။ အရှင်ဖြစ်သော ပုဏ္ဏားသည် ဘုရားရှင်နှင့်တကွ ဆွမ်းခံကြရာတွင်မြင်၍ ဘုရားကိုလျှောက်၏။ ဘုရားရှင်သည် ရဟန္တာ

၄၀၂။ ယော ဒုက္ခဿ ပဇာနာတိ၊

ဣဇေဝ ခယမတ္တနော။

ပန္နဘာရံ ဝိသံယုတ္တံ၊

တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ဣဇေဝ၊ ဤဘဝ၌ သာလျှင်။ အတ္တနော၊ မိမိ၏။ ဒုက္ခဿ၊ (ငါးပါးခန္ဓာ လွန်က စွာသော) ဆင်းရဲ၏။ ခယံ၊ ကုန်ရာကုန်ကြောင်း အကောင်းဆုံး မှန် မြတ်နိဗ္ဗာန်ကို။ ပဇာနာတိ၊ (မဂ်ဉာဏ် ဖိုလ်ဉာဏ်ဖြင့်) အမှန် ပင် သိမြင်၏။ ပန္နဘာရံ၊ ပစ်ချစွန့်ခွါ ခန္ဓာတည်းဟူသော ဝန်ရှိသော။ ဝိသံယုတ္တံ၊ (ကိလေသာ အနှောင်အဖွဲ့မှ) ကင်းလွတ် ပြီးသော။ ဝါ၊ (ကြွင်းမဲ့ဥဿုံ အလုံးစုံသော) ကိလေသာတို့နှင့် မယှဉ်သော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

၏ အဖြစ်ကို မိန့်တော်မူ၍ “ဟော ဗုက္ခဿ ပဇာနာတိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်များသည် သောတာပန် တည်လေ ၏။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၂။ ယခုဘဝ ဗုက္ခခန္ဓာ၊
 ကုန်ရာနိဗ္ဗာန် အမှန်သိကာ၊
 ခန္ဓာထုပ်ပိုး နှောင်ကြီး တဏှာ၊
 ကင်းသုမ္မ ဗြာဟ္မဏ ဆိုရမှာ။

402. He who realizes here in this world the destruction of his sorrow, who has laid the burden aside and is emancipated, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ ဤဘဝ၌ပင်လျှင် မိမိ၏ ခန္ဓာငါးပါး ဗုက္ခဿရာ၏ ကုန်ရာ ဖြစ်သော နိဗ္ဗာန်ကို ပိုင်းခြားတိတိ ကိုယ်တိုင်သိကာ ခန္ဓာ ဝန်ထုပ်ကိုချပြီး ကိလေသာ အနှောင်အဖွဲ့ ကင်းလွတ်ပြီးသောသူကို ဗြာဟ္မဏ ဟု ငါဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၈၄။ ခေမာ ဘိက္ခုနီ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဂိဇ္ဈကုဋ်ကောင်း၌ နေတော်
မူသောအခါ ခေမာမည်သော ယေရိမ၏ ပညာကြီးကျယ်သော

၄၀၃။ ဂမ္ဘီရပညံ မေဓာဝီ၊
မဂ္ဂါမဂ္ဂဿ ကောဝိဒံ။
ဥတ္တမတ္တံ အနုပ္ပတ္တံ၊
တဟံ ဗြဟ္မံ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ဂမ္ဘီရပညံ၊ (ခန္ဓာစသည် အလီလီသော တရားတို့၌ ပိုင်းခြား
ထင်ထင် သိမြင်ခက်ခဲ) နက်နဲသော ပညာရှိသော။ မေဓာဝီ၊
(ဝရဇိန်လက်နက် မိုးကြိုးစက်ကဲ့သို့) ထက်မြက်လျင်မြန် အမြင်
သန်လောပညာရှိသော။ မဂ္ဂါမဂ္ဂဿ ကောဝိဒံ၊ (လူရပ်နတ်ဌာန
နိဗ္ဗာန်ရောက်ကြောင်း) လမ်းကောင်းဟုတ်သည် မဟုတ်သည်ကို
မှန်ကန်စွာသိသော။ ဥတ္တမတ္တံ၊ (အရဟတ္တဖိုလ် ခေါ် ဆိုမည့်အပ်)
မြင့်မြတ်သောအဖြစ်သို့။ အနုပ္ပတ္တံ၊ အစဉ်အတိုင်း ရောက်ထသော။
တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏမည်၏ဟူ၍။ အဟံ၊
ငါတုရားသည်။ ဗြဟ္မံ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

အဖြစ်ကို ပြီတော်မူခြင်းငှါ “ ဂမ္ဘီရပညံ မေဓာဝိ ” စသော
ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၃။ နက်နဲ လျင်မြန် ထက်သန်ပညာ၊
လမ်းမှန် လမ်းမှား သိထားပြီးခါ၊
မြင့်မြတ်ထက်တန် ရဟန်းဖြစ်ခါ
ထိုသူမှ ဆိုရ ဗြာဟ္မဏာ။

403. He whose knowledge is deep, who is wise, who is skilled in the right and wrong way, who has reached the highest goal, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ (ခန္ဓာစသည့် အလီလီသော တရားတို့၌) ပိုင်းခြား
လင်ထင် သိမြင်ခက်ခဲ နက်နဲသော ပညာ၊ (ဝရဇိန်
လက်နက် မိုးကြိုးစက်ကဲ့သို့) ထက်မြက်လျင်မြန် အမြင်သန်သော ပညာရှိ
လျက် လမ်းမှန် လမ်းမှား ပိုင်းခြားသိကာ မြင့်မြတ်သော အရဟတ္တဖိုလ်
သို့ (ရဟန္တာအဖြစ်သို့) ရောက်ပြီးသော သူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါတုရား
ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၈၅။ ပဗ္ဗာရဝါသိ တိဿတ္ထေရ ဘတ္တ၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေကော်မူသောအခါ ပဗ္ဗာရဝါသိ တိဿမထေရ်သည် ကမ္မဋ္ဌာန်း
စီးဖြန်းခြင်းငှါ တခုသောလိုက်၌ဝင်နေ၏။ ထိုလိုက်၌ စောင့်သော
နတ်သမီးသည် သီလရှိသော ရဟန်းနှင့်တကွ မနေဝံ့သောကြောင့်
မထေရ်သွားအောင် ပြုလို၍ အလုပ်အကျွေး ဒါယိကာမအိမ်၌
သူငယ်တယောက်ကို ဦးခေါင်းနောက်ပြန်အောင် ဖမ်းစား၍ ပဗ္ဗာရ
တိဿ ရဟန်း ခြေဆေးရေကို ကိုယ်၌သွန်းလောင်းတော် လွှတ်ကင်း
ချမ်းသာအံ့-ဟု ပြော၏။ မထေရ်ကြွလာသောကာလ ခြေဆေးပြီးသော်
ခြေဆေးရည်ကို သူငယ်ကိုယ်၌ လောင်းလိုက်အံ့ဟု လျှောက်၏။
လောင်းလော့ဟု-မထေရ်ကဆို၍ လောင်း၏။ မထေရ်လိုက်ဂူသို့ပြန်လာ
ရာတွင် နတ်သမီးသည် လိုက်၌ နေလျက် ဆေးသမားကြီး ဤလိုက်

၄၀၄။ အသံသဋ္ဌံ ဂဟဋ္ဌေဟိ၊
အနာဂါရေဟိ စူဘယံ၊
အနောကသာရိ' မပ္ပိစ္ဆံ၊
တမဟံ မြူမိ ပြာဟူဏံ။

အနက်—

ဂဟဋ္ဌေဟိ၊ အိမ်ယာတည်သူ လူတို့နှင့်လည်းကောင်း။ အနာ-
ဂါရေဟိ၊ အိမ်ယာဖွဲ့နေသော ခွါရွှောင်ထွက်မြန်း ရဟန်းတို့နှင့်
လည်းကောင်း။ စူဘယံ-ဥဘယဟိ၊ လူ့ရဟန်းများ နှစ်ပါးလုံး
နှင့်သော် လည်းကောင်း။ အသံသဋ္ဌံ၊ ဒဿန၊ သဝန စသည်
ပြောလျက် ဖောယှက် နှိုးနှောခြင်းမရှိသော။ အနောကသာရိ'၊
(ကပ်ငြိတွယ်တာ မှီရာမရှိ) ပကတိစင်ကြယ်သော အကျင့်ရှိသော။
မပ္ပိစ္ဆံ၊ (ရှာမှီးခြင်းအစ လာဘ်လာဘ ထိုထုံ၌) အလိုနည်းသော။
တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ပြာဟူဏံ၊ ပြာဟူဏ မည်၏ဟူ၍။ အဟံ၊
ငါဘုရားသည်။ မြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

သို့ သင်မဝင်ပါနှင့်ဟု တားမြစ်၏။ ငါ ဆေးကုသည့်မရှိတကား-ဟု ဆိုလျှင် ယနေ့ပင် နတ် ဖမ်းစားသောသူငယ်ကို ခြေဆေးရေဖြင့် ဆေးကုခဲ့ပြီဟု-ဆိုလေ၏။ မထေရ်သည် ငါ့ သီလ စင်ကြယ်စွာ၊ နတ် သမီးမှ အပြစ်ရှာ၍ မရနိုင်တကား ဟု- ပီတိပါမောဇ္ဇဖြစ်၍ ဝိပဿနာ ရှုလျက် နတ်သမီးနှင့် စကားပြောနေစဉ်ပင် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်၍ မိစ္ဆာနတ် ငါကား စင်ကြယ်သော သီလရှိ၏။ ဤလိုက်မှ သင်သာထွက် လော့ဟု-မိန့်တော်မူလျက် ဝါတွင်း သုံးလပတ်လုံး နေပြီးသော် ဘုရားထံသို့လာ၍ ဤအကြောင်းကိုလျှောက်ရာတွင် “အသံသဌံ ဂယ-ဇ္ဇေဟိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၄။ လူနှင့် ရဟန်း နှစ်မျိုး မနေ၊
မိန့်ရာကင်း ကျင့်ခြင်းရှိစေ၊
အလိုနည်းပါး စိတ်ထားရှိစေ၊
ထိုသူအား မိန့်ကြား ဗြာဟ္မဏေ။

404. He who is not intimate with both householders and homeless ones, who wanders without an abode, who is without desires, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အိမ်ယာထောင်ခြား လူအများနှင့်သော်လည်းကောင်း၊ အိမ်ယာမထောင်သော ရဟန်းတို့နှင့်သော်လည်းကောင်း (ဒဿန၊ သဝန စသည် ပြောလျက်) ရောယှက်နှီးနှောခြင်းမရှိ။ ကပ်ငြိ တွယ်တာ မှီနေရာလည်းမရှိ။ ပကဟိတည်ကြည်စွာ လှည့်လည်ကျင့်ကာ (လာတ်လာဘကို အလိုမရှိ) အလိုနည်းသော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါ ဘုရားဟောကြားတော်မူ၏။

without an abode ကပ်ငြိတွယ်မှီရာ မရှိသော

without desires (လာတ်လာဘတို့ကို) အလိုမရှိ၊ (အလိုနည်းသော)

၂၈၆။ အညတရ ဘိက္ခု ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ မာတုကာမတယောက်သည် လင်နှင့်ရန်ဖြစ်၍
မိဘအိမ်သို့သွားအံ့ဟု ရဟန္တာတပါး၏နောက်သို့လိုက်၏။ မထေရ်လည်း
ထိုမိန်းမကို မမြင်။ လင်လိုက်လာ၍ မိန်းမကိုတွေ့သော် ဤရဟန်း
ခေါ်၍ သွားခဲ့သည်ဟု-မထေရ်ကို ထောင်းထု ရိုက်ပုတ်လေ၏။ ဤ
အကြောင်းကို ဘုရားရှင် ကြားတော်မူရာတွင် ရဟန္တာအဖြစ်ကို သိစေ

၄၀၅။ နိဓာယ ဒဏ္ဍံ ဘူတေသု၊
တသေသု တာဝရေသု စ၊
ယော န ဟန္တိ န သာတေတိ၊
တမဟံ မြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ တသေသု၊ (တဏှာ
မကုန် ဗျာပါကြုံက) တုန်လှုပ် ထိတ်လန့် တတ်ကုန်သော။
ဘူတေသု စ၊ (ပုထုဇဉ် သေကွ ဖြစ်ကြကုန်သော) ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌
လည်းကောင်း။ တာဝရေသု၊ (တဏှာကင်းပြတ် တုန်လှုပ်ခြင်း
မရှိ) ပကတိ တည်တံ့ကုန်သော။ ဘူတေသု စ၊ ရဟန္တာ ပုဂ္ဂိုလ်
တို့၌ လည်းကောင်း။ ဒဏ္ဍံ၊ (ညှဉ်းဆဲကြောင်းမှန်) တုတ် လုံ
လက်နက်ကို။ နိဓာယ၊ စွန့်ပစ်ပယ်ချ၍။ န ဟန္တိ၊ ကိုယ်တိုင်လည်း
မညှဉ်းဆဲ မသတ်ဖြတ်။ န သာတေတိ၊ သူတပါးတို့ကိုလည်း
မညှဉ်းဆဲ မသတ်ဖြတ်စေ။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊
ဗြာဟ္မဏမည်၏ဟူ၍။ အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။ မြူမိ၊ ဟောကြား
တော်မူ၏။

ခြင်းငှါ “ နိဓာယ ဒဏ္ဍံ ဘူတေသု ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၅။ ကြောက် မကြောက်တတ် ယုတ်မြတ်သူပေ၊
လက်နက်ချထား တရားရှိနှော်၊
ကိုယ်တိုင်သတ်ညှဉ်း ခိုင်းခြင်းကင်းသော်၊
ငါဘုရား ပုဏ္ဏား မိန့်ခွန်းတော်။

405. He who has laid aside the cudgel towards beings, whether feeble or strong, who neither kills nor causes to kill, him I call a brāhmaṇa.

ကားပြေ။ ကြောက်တတ်ကုန်သော (ပုထုဇဉ် သေက္ခ) ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌
လည်းကောင်း၊ ကြောက်လန့်ခြင်းမရှိ ပကတိ တည်ရှိ
ကုန်သော (ရဟန္တာ) ပုဂ္ဂိုလ်တို့၌ လည်းကောင်း လက်နက်ချထား
တရားသိကာ ကိုယ်တိုင်သတ်ညှဉ်း ခိုင်းစေခြင်းကင်းသော သူကို ဗြာဟ္မဏ
ဟု ငါဘုရား မိန့်ကြားတော်မူ၏။

၂၈၇။ သာမဏေရာနံ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဘာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ပုဏ္ဏားတယောက်အိမ်၌ ဝင့်ဖိတ်သော ဆွမ်းကို
ဘုဉ်းဖေးငြင်းငှါ အလှည့်ရောက်၍ လာကုန်သော သံကိစ္စ သာမဏေ၊
သုမန သာမဏေ၊ ပဏ္ဍိတ သာမဏေ၊ သောပါက သာမဏေ ဤ
သာမဏေငယ် လေးပါးတို့အား ပုဏ္ဏားသမီးခင်ပွန်းတို့သည် နေရာ
လည်းမပေး ဆွမ်းလည်းမကျွေး နေသည်ကို သာမဏတို့ အမျက်

၄၀၆။ အဝိရုဒ္ဓံ ဝိရုဒ္ဓေသု၊
အတ္တဒဏ္ဍေသု နိဗ္ဗုတံ။
သာဒါနေသု အနာဒါနံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ဝိရုဒ္ဓေသု၊ အမျက်ရန်ငြိုး ပွားတိုးပြန်ဝင် ဆန့်ကျင် ပြန်လည်း
လောကီဘုံသား လူအများတို့၌၊ အဝိရုဒ္ဓံ၊ အမျက်တဖန် မထွက်ပြန်
သဖြင့် မဆန့်ကျင်ထသော။ အတ္တဒဏ္ဍေသု၊ လက်၌အမြဲ ကိုင်စွဲ
သောဟန် တုတ် လှံတန် လက်နက် စသည်တို့၌။ နိဗ္ဗုတံ၊ သတ္တဝါ
အပေါင်းတို့၌ ညှဉ်းဆဲကြောင်းဒဏ်ကို ချသဖြင့် ငြိမ်းပြီး
ထသော။ သာဒါနေသု၊ တပ်မက်စွဲလမ်းသော လူတို့၌။ ဝါ၊
ငါ့ကိုယ် ငါ့ဥစ္စာ ဟု ခါခါစွဲရာ ငါးခန္ဓာတို့၌။ အနာဒါနံ၊
တဏှာကုန်ခန်း စွဲလမ်းခြင်းမရှိသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထို ပုဂ္ဂိုလ်ကို။
ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏမည်၏ ဟူ၍။ အဟံ၊ ငါတုရားသည်။ ဗြူမိ၊
ဟောကြားတော်မူ၏။

မထွက်ကြကြောင်းကို ရဟန်းတို့လျှောက်ထားကြရာတွင် “ အဝိရုဒ္ဓံ ဝိရုဒ္ဓေသု ” စသောဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၆။ ဆန့်ကျင်သူထဲ ကိုယ်ပဲရှောင်လို၊
လက်နက်ကိုင်စွဲ မစွဲသူလို၊
စွဲလမ်းသူထဲ စွဲကင်းသူကို၊
ဗြာဟ္မဏ ဗုဒ္ဓ ငါမိန့်ဆို။

406. He who is friendly amongst the hostile, who is peaceful amongst the violent, who is unattached amongst the attached, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ဆန့်ကျင်ဘက်ပြုကာ ရန်ငြိုးဖွဲ့ကုန်သော သူတို့ထဲတွင် မေတ္တာစိတ်ဝင် မိတ်ဆွေသွင်ဖြင့် မဆန့်ကျင်။ လက်နက် ကိုင်ထား မတရားပြုလိုသော သူတို့ထဲတွင် လက်နက်ကိုချ ငြိမ်းစေး လှကာ၊ ငါစွဲ ပြင်းသော လူတို့ထဲတွင်လည်း ငါစွဲမပါ၊ တဏှာကုန်ခန်း ပြီးသော သူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

hostile	ရန်ငြိုးဖွဲ့ကုန်သောသူ (ရန်သူ)
violent	လက်နက်ကိုင်ထား မတရားပြုလိုသူ
unattached	စွဲလမ်းခြင်းမရှိသော (ငါစွဲမပါ၊ တဏှာကုန်ပြီးသော)
attached	ငါစွဲသန်သောသူ (လူ)

၂၇၈။ မဟာပန္နက ဧတ္ထရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ရာဇဂြိုဟ်ပြည် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရှင်မဟာပန်သည် ညီတော်စူဠပန်ကို လေးပါဒ
ရှိသော ဂါထာတပုဒ်ကို ဝါတွင်းသုံးလကျက်၍ မရသောကြောင့်
ကျောင်းမှ နှင်ထုတ်လိုက်ရာ မဟာပန်မထေရ်အား ဒေါသရှိယောင်

၄၀၇။ ယဿ ရာဂေါ စ ဒေါသော စ၊
မာနော မက္ခော စ ပါတိတော။
သာသပေါရိဝ အာရက္ခ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

အာရက္ခ၊ ပွတ်စူးဖျား၌။ သာသပေါ၊ တင်ထားတုံလေ့
မုန်ညှင်းစေ့သည်။ န သံတိဋ္ဌတိ ဣဝ၊ မတည်ခဏ လျှောကျ
ဘိသကဲ့သို့။ ဧဝံ တဏှာ၊ ထိုနည်းပမာ အလားတူစွာသာလျှင်။
ယဿ ပုဂ္ဂလဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ ရာဂေါ စ၊ ထိုထိုအာရုံ
ကာမဂုဏ် တုံတဝ၌ တပ်စွန်းလှသော ရာဂတရားသည်လည်း
ကောင်း။ ဒေါသော စ၊ အာဇာတဝတ္ထု တွေ့မှုဖြစ်ပွား ဒေါသ
တရားသည် လည်းကောင်း။ မာနော စ၊ ငါသာတတ်သည် အစ
ချီလျက် မထိပြုမှား မာနတရားသည်လည်းကောင်း။ မက္ခော စ၊
သူတပါးကျေးဇူး မရှင်မြူးအောင် ဖြစ်မှူးဖွေလှစ် ချေပစ်
တတ်သော မက္ခတရားသည် လည်းကောင်း။ ပါတိတော၊ စိတ်၌
မြင့်ရှည် မတည်ခဏ လျှောကျ ပျောက်ပျက်လေ၏။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊
ထို ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။
ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

စကားဟု-ရဟန်းတို့ပြောဆိုကြရာတွင် “ယဿ ဓုဂေါ စ ဒေါသော စ ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၇။ စူးဖျားကျဆင်း မုန့်ညှင်းမာ၊
 တပ်မက် မျက်စား ဝင့်ကြွား မောက်မာ၊
 သူ့ဂုဏ်သိန်များ ဖျက်မှား တင်းကွာ၊
 ငါဘုရား မိန့်ကြား ဗြာဟ္မဏာ။

407. In whom lust hatred, pride, detraction are fallen off like a mustard seed from the point of a needle, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။မုန့်ညှင်းစေ့သည် စူးဖျားမှ လျှောကျသကဲ့သို့ တပ်
 မက်ရာဂ မျက်ဒေါသနှင့် မာနဝင့်ကြွား သူများ
 ဂုဏ်သိန် ချိုးနှိမ်လွှတ်ကင်း ကျဆင်းပြီးသော သူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါ
 ဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၈၉။ ပိလိန္ဒဝစ္ဆတ္ထေရ ဝတ္ထု၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ဘုရားရှိခိုးပြု၍ ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရဟန္တာ ရှင်ပိလိန္ဒဝစ္ဆမထေရ်သည် ရွှေရွှေသော
တဝင်းရာတို့၌ အထက်ကန်းစား မင်းပုဏ္ဏားချည်းဖြစ်ခဲ့ရာ ဝါသနာ
အလျောက် ခမ်းသိမ်းသော ရှင်လူတို့ကို “ဝသလ” သူယုတ်ဟု
ခေါ်လေ့ရှိ၏။ ရဟန်းတို့သည် ဤသို့ ခေါ်ဆိုခြင်းကြောင့် ဒေါသ

၄၀၈။ အကက္ကသံ ဝိညာပနိံ၊

ဂိရံ သစ္စံ မုဒီရယေ။

ယာယ နာဘိသဇေ ကဉ္စိ၊

ကမဟံ မြူမိ ပြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ယာယ ဂိရာယ၊ ပြောဆို
အပ်သော အကြင်စကားဖြင့်။ ကဉ္စိ၊ ဟုတ်တယ်ဟု။ နာဘိ-
သဇေ၊ လွန်ကျူးစကား စော်ကားခက်ထန် မဆက်ဆံရာ။ ဝါ၊
ဒေါသပွားစီး နားမငြိမ်းပါစေနှင့်။ အကက္ကသံ၊ ပြေပြစ်နူးစွာ
ချိုသာယာသော။ ဝိညာပနိံ၊ စီးပွားတိုးတက် အနက်ဓိပ္ပာယ်
လွန်သိလွယ်သော။ သစ္စံ၊ မဖောက်မပြန် ဟုတ်မှန်သော အနက်
သဘောရှိသော။ တံ ဂိရံ၊ ထိုသို့သော စကားမျိုးကို။ မုဒီရယေ၊
အမြစ်မယှက် ညံ့သက်သက်ဖြင့် နှုတ်မြှောက်ပြောဆိုရာ၏။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊
ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ပြာဟ္မဏံ၊ ပြဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါတုရားသည်။
မြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

ရှိယောင်တကားဟု တွေးယောကြ၍ တုရားကို လျှောက်ရာတွင်
“အကဏ္ဍသံ ဝိညာပနိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၈။ အကြင်စကား ပြောကြားသောအခါ၊
ကြားရသူအား မျက်ပွားမလာ၊
ချိုသာညွှန်ပြ ကျိုးရ မှန်စွာ၊
ပြောဆိုမှ ဆိုရဗြာဟ္မဏာ။

408. He who utters gentle, instructive, true words, who gives offence to none, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အကြင်သူသည် တစုံတယောက်အား လွန်ကျူးစကား
စော်ကားခက်ထန် မဆက်ဆံရာ။ ချိုသာဆုံးမ ကျိုးရ
လမ်းညွှန် မှန်ကန်သော စကားကိုသာဆိုရာ၏။ ထိုသူကိုသာ ဗြာဟ္မဏဟု
ငါတုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

gentle

ချိုသာသော

instructive

ဆုံးမ၊ ကျိုးရ၊ လမ်းညွှန်ပြသော

true words

မှန်ကန်သောစကားများ

၂၉၀။ အညကရတ္ထေရ ဇတ္ထ၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ပုဏ္ဏားတယောက်နေလှန်း၍ ထားသည့်အဝတ်
ကို ရဟန္တာ မထေရ်တဦးသည် ပုံသကူအမှတ်ရှိ၍ ယူ၏။ ပုဏ္ဏားသည်
ဆဲရေး၍ အဝတ်ကို တောင်းရာတွင် ပေးလိုက်၏။ ဤအကြောင်းကို

၄၀၉။ ယော'ဓ ခီဃံ ဝါ ရဿံ ဝါ၊

အဏုံ ထူလံ သုဘာသုတံ။

လောကေ အဒိန္နံ နာဒိယတိ၊

တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ဣဓ လောကေ၊ ဤလောက၌။ ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်
သည်။ အဒိန္နံ၊ မပေးသော ဥစ္စာကို။ ခီဃံ ဝါ၊ ရှည်သော
ပုဆိုးတန်ဆာ စသည်ပင် ဖြစ်စေ။ ရဿံ ဝါ၊ တိုသောပုဆိုး
တန်ဆာ စသည်ပင်ဖြစ်စေ။ (ဝါ၊ ရှည်သည်ဖြစ်စေ တိုသည်
ဖြစ်စေ) အဏုံ ဝါ၊ သေးငယ်ပတ္တမြား ပုလဲစသည်ပင်ဖြစ်စေ။
ထူလံ ဝါ၊ ကြီးမားသော ပတ္တမြား လဲစသည်ပင် ဖြစ်စေ။
သုဘံ ဝါ၊ အဖိုးထိုက်တန် ကောင်းမွန်သည် မူလည်းဖြစ်စေ။
အသုဘံ ဝါ၊ အဖိုးမတန် မကောင်းမွန်သော ဥစ္စာမူလည်းဖြစ်
စေ။ (ဝါ၊ ကောင်းသည်ဆိုးသည်ဖြစ်စေ။) နာဒိယတိ၊ ခိုးဝှက်မယူ
တော့ပြီ။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊
ငါဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

ရဟန်းတို့ ဘုံဆုံးအားလျှောက်ရာတွင် “ယောဓိ ဒိဃံ ဝ ရဿံ ဝါ”
စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၀၉။	ဤလောကမှာ	ဥစ္စာ တို့ရှိသည်၊
	ကောင်းဆိုးသီးသီး	ငယ်ကြီး ဖြစ်မည်၊
	သူမပေးမှု	ခိုးမယူပြီ၊
	ထိုသူအား	ပုဏ္ဏား ဆိုရမည်။

409. He who in this world takes nothing that is not, given; be it long or short, small or great, fair or foul, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။လောက၌ သူမပေးသော ဥစ္စာကို ရှည်သည်ဖြစ်စေ
တိုသည်ဖြစ်စေ သေးငယ်ပတ္တမြား ကြီးထွားဥစ္စာပင်
ဖြစ်စေ တင့်တယ်လှပ ကောင်းမွန်သည်ဖြစ်စေ မလှမပ ပုပ်နံ့လှသည်ဖြစ်
စေ မခိုးယူသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရားဟောကြားတော်မူ၏။

၂၆၁။ သာရိပုတ္တဇ္ဇေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဝါဆိုသင်္ကန်းတို့ကို ဝေဖန် အပ်သည်တွင်
ရှင်သာရိပုတ္တရာသည် ငါ့ရှင်တို့...ရဟန်းငယ်တို့အားလည်း ဝါဆို
သင်္ကန်းကို ဝေဖန်ကြလေဟု မိန့်တော်မူ၏။ ဤစကားကြောင့်
ရှင်သာရိပုတ္တရာအား “ဂေဟသိတပေမ” တဏှာသည် ရှိသေးယောင်

၄၁၀။ အာသာ ယဿ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊
အသ္မိံ လောကေ ပရမိံ စ။
နိရာဿသံ ဝိသံယုတ္တံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယဿ ပုဂ္ဂလဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ အသ္မိံ လောကေ၊
ပစ္စုပ္ပန်လောက ဤဘဝ၌ လည်းကောင်း။ ပရမိံ စ၊ တမလွန်
လောက နောက်ဘဝ၌ လည်းကောင်း။ အာသာ၊ လိုချင်ငမ်းငမ်း
စွဲလမ်းတတ်စွာ ကိလေသာတို့သည်။ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊ အရဟတ္တမဂ် ပယ်
ဖျက် ဖြတ်ဘိ မရှိလေကုန်။ နိရာဿသံ၊ ကာမဂုဏ်ဘဝ စသည်
အခန်းခန်း စွဲလမ်းတတ်စွာ ရှင်းရှင်းကွာသော။ ဝိသံယုတ္တံ၊
ခပ်သိမ်းဥဏှံ၊ အလုံးစုံသော ကိလေသာတို့နှင့် မယှဉ်သော။
တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏ ဟူ၍။ အဟံ၊
ငါဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

တကားဟု တွေးတောကြ၍ ဘုရားအထံ လျှောက်သည့်တွင် “အာသာယဿ န ဝိဇ္ဇန္တိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၄၁၀။ ယခုဘဝ နောက်ဘဝမူ၊
 လိုချင်ငမ်းငမ်း စွဲလမ်းကင်းကွာ၊
 ကိလေသာကင်း သန့်ရှင်းသူသာ၊
 ငါငါန မိန့်ဟ ဗြာဟ္မဏာ။

410. He who has no desires, whether of this world or of the next, who is desireless and emancipated, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား ယခုဘဝ နောက်ဘဝ၌ လိုချင်ငမ်းငမ်း စွဲလမ်းတတ်စွာ ကိလေသာမရှိ။ ကာမဂုဏ်ဘဝ တောင်တကင်းကွာ ကိလေသာမရှိသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

desires	လိုချင်ငမ်းငမ်း စွဲလမ်းခြင်းများ (ကိလေသာ၊ တဏှာ)
desireless	လိုချင်တောင့်သခြင်း မရှိခြင်း (ကိလေသာ၊ ကာမမရှိ)
emancipated	ကိလေသ မရှိသော၊ ကိလေသာမှလွတ်ပြီးသော

၂၉၂။ မဟာမောဂ္ဂလ္လာနတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန် ကျောင်းစောင့်၌
နေတော်မူသောအခါ ရှင်မောဂ္ဂလ္လာန်အားလည်း ထိုနည်းတူစွာ

၄၁၁။ ယဿာလယာ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊
အညာယ အကထံကထိ။
အမတောဂမ္မနုပ္ပတ္တိ၊
တမဟံ ပြုမိ ပြာဟူဏံ။

အနက်—

ယဿ ပုဂ္ဂလဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ အာလယာ၊ ထိုထိုအခါ
ကာမဂုဏ်ဝယ် တွယ်တာတတ်စွာ တဏှာတရားတို့သည်။ န ဝိဇ္ဇန္တိ၊
မြို့မျှမထင် မတင်မရှိကုန်။ အညာယ၊ သစ္စာဟုရား သိမြင်ထား
သောကြောင့်။ အကထံကထိ၊ ဝိစိကိစ္ဆာ ရှင်းရှင်းကွာ၍
သို့လော သို့လော တွေးတောယုံမှားခြင်းမရှိ။ အမတောဂမ္မ၊
သေခြင်းကင်းမွန် မြတ်နိဗ္ဗာန်သို့ ဉာဏ်ဖြင့်သက်ဝင်၍။ အနုပ္ပတ္တိ၊
အမြင်မဖောက် အစဉ်ဆောက်သော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။
ပြာဟူဏံ၊ ပြာဟူဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါတုရားသည်။ ပြုမိ၊
ဟောကြားတော်မူ၏။

တွေးဟောကြ၍ ဘုရားထံလျှောက်ရာတွင် “ယဿာလယာ န ဝိဇ္ဇန္တိ” စသောဝါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၁၁။	တွယ်တာမရှိ	မြင်သိ သစ္စာ၊
	သို့လော သို့လော	တွေးတောက်ကင်းကွာ၊
	မသေအေးမြ	ရောက်ရသူသာ၊
	ငါ့ဇိန	မိန့်ဟပြာဟ္မဏာ၊

411. He who has no longings, who through knowledge is free from doubts, who has plunged into the Deathless (Nibbāna), him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်မှာ ထိုထိုအာရုံ ကာမဂုဏ်ဝယ် တွယ်တာ ကပ်ငြိ တဏှာလည်းမရှိ။ ပညာဖြင့် (သစ္စာတရားကို သိမြင်ထားသောကြောင့်) သို့လော သို့လော တွေးတောက်သံသယမရှိ။ သေခြင်းကင်းရာ (နိဗ္ဗာန်) သို့ သက်ဆင်းဝင်ရောက်သော ပုဂ္ဂိုလ်ကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

longing	ကပ်ငြိတွယ်တာ (တဏှာ) များ
through	ဖြင့်၊ သောကြောင့်
through knowledge	ပညာဖြင့် (သစ္စာတရား သိမြင်ထားသောကြောင့်)
plunged	သက်ဆင်းလေသည်၊ ဟိုးဝင်လေသည်၊ (ရောက်သည်)

၂၉၃။ ရေဝတတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် ပုပ္ဖဂိုကျောင်းတော်၌ နေတော်မူသော
အခါ ရဟန်းငါးရာတို့အလို့ငှါ ရေဝတ မဇ္ဇေရ်သည် တဏှာချင်း

၄၁၂။ ယောဓ ပုညဉ္စ ပါပဉ္စ၊
ဥဘော သင်္ဂမုပစ္စဂါ။
အသောကံ ဝိရဇံ သုဒ္ဓံ၊
တမဟံ မြူမိ ပြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ဣဓ သာသနော၊ ထွန်းလင်းတောက်ခိုက် ဤသာသနာတော်
အတွင်း၌။ ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပုညဉ္စ၊
ကောင်းမှုကုသိုလ်ကို လည်းကောင်း။ ပါပဉ္စ၊ မကောင်းမှု
အကုသိုလ်ကို လည်းကောင်း။ ဥဘော၊ ကုသိုလ် အကုသိုလ်
ထိုထိုတရား နှစ်ပါးအစုတို့ကို။ ဆေတော၊ ပယ်စွန့်၍။ သင်္ဂ၊
ကပ်ငြိတတ်စွာ ရာဂစသား ညစ်ကြေးများကို။ ဥပစ္စဂါ၊
မဂ်ရေစင်ဖြင့် ဆေးကြောစွန့်ခွါလေပြီ။ အသောကံ၊ ဝဋ်မြစ်
ဖြတ်သိမ်း ကပ်လိမ်းညှိုးမှိန် စိုးရိမ်ခြင်းမရှိသော။ ဝိရဇံ၊ ကိလေ
သာ မြူမွေး ညစ်ကြေးမရှိ ကင်းစင်ဘိသော။ သုဒ္ဓံ၊ ဖြူစင်
ဝင်းပ သန့်ရှင်းလှသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ပြာဟ္မဏံ၊
ပြာဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါတုရားသည်။ မြူမိ၊ ဟောကြားတော်
မူ၏။

ဆောက်လုပ်ပေးသည်။ ကုသိုလ်ကြီးစွာကားဟု ချီးမွမ်းကြရာတွင်
“ယောဓ ပုညဉ္စ ပါပဉ္စ” စသောဝါကကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၁၂။ သာသနာမြတ် ဆောင်ဟပ်သောခါ၊
ကောင်း မကောင်းမှု မပြု ပယ်ခွါ၊
စိုးရိမ်မြူကင်း သန့်ရှင်းသူသာ၊
ငါငါန မိန့်ဟ ဗြဟ္မဏား

412. Herein he who has transcended both good and bad and the ties as well, who is sorrowless, stainless, and pure. him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ဤ သာသနာတော် ဆည်း၍ အကြင် ပုဂ္ဂိုလ်သည်
ကောင်းမှု၊ မကောင်းမှု စွဲကမ်း အားထုတ်မှု နှစ်ခုတို့ကို
(မဂ်ရေစင်ဖြင့်)ကောင်းစွာဆေးကြော ဖွန့်ပွါပြီးဖြစ်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်သည်
သောတကင်းဝေး ညစ်ကြေးကင်းစင် သန့်ရှင်းစင်၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ
ဗြာဟ္မဏ ဟု ငါတုရားဟောကြားတော်မူ၏။

transcended	ကျော်လွန်သည်၊ ဖွန့်ခွဲသည်
sorrowless	သောတကင်းဝေး (ကလေးက)
stainless	ညစ်ကြေးကင်းစင်သော (ရေ)

ဗုဒ္ဓဝိတိကာ-(ဗု)-၂၄

၂၉၄။ စန္ဒာဘတ္တေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ကဿပဘုရားရှင်၏ စေတီတော်၌ စန္ဒကူးနံ
သာဖြင့် လဝန်းသဏ္ဌာန်ပြု၍ လူခဲဘူးသောကောင်းမှုကြောင့် ချက်မှ
လဝန်းကဲ့သို့ အရောင်ထွက်သောကြောင့် စန္ဒာဘမည်သောပုဏ္ဏားသည်
ဘုရားရှင်ထံရဟန်းပြုသဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်၍ အဖော်ဖြစ်
သော ပုဏ္ဏားတို့အား သင်တို့ပြန်လေကုန်ဟော၍ ငါကား မပြန်တော့

၅၁၃။ စန္ဒဝ ဝိမလံ သုဒ္ဓံ၊
ဝိပ္ပသန္ဓမနာဝိလံ။
နန္ဒိဘဝပရိက္ခိဏံ၊
တမဟံ ပြုမိ ပြာဟူဏံ။

အနက်—

ဝိမလံ၊ ဆီးနှင်းဖြူတိမ် သူရိန်ယှက်မြေး ညစ်ကြေးမှ ကင်းစင်
ထသော။ သုဒ္ဓံ၊ သန့်ရှင်းဖြူစင် လွန်ကြည်လင်သော။ စန္ဒဝ၊
ယုန်ရေးတံဆိပ် ခပ်နီပ်ငင်း ငွေလမင်းကဲ့သို့။ ဝိပ္ပသန္ဓံ၊ သန့်ရှင်း
ကြည်လင်သော စိတ်ရှိသော။ အနာဝိလံ၊ နောက်ကျတတ်စွာ
ကိလေသာမှ ကင်းစင်ထသော။ နန္ဒိဘဝပရိက္ခိဏံ၊ ဘဝသုံးပါး
ပျော်ပါးနှစ်သက် စုံမက်ဟတ်စွာ ကုန်ပြီးသော တဏှာရှိ
ထသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ကိုယ့်ဂိုဏ်းကို။ ပြာဟူဏံ၊ ပြာဟူဏ ဟူ၍။
အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။ ပြုမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

ပြီ ဟု-ဆို၏။ ရဟန်းတို့သည် စန္ဒာဘ မထေရ် ဟုတ် မမှန် လုပ်ကြံ ဆိုသည်ဟု ဘုရားထံလျှောက်သည်တွင် “စန္ဒိဝံ ဝိမလံ သုဒ္ဓိ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာအဗျာ

၄၁၃။ ဖြူစင် ညစ်ကင်း လမ်းပုံသွင်း၊
 ကိလေညစ်ကြေး ကင်းဝေးကြည်လင်၊
 ဘဝသုံးပါး စိတ်ထားမရှင်း၊
 ထိုသူမှ ဗြာဟ္မဏ အမည်တွင်။

413. He who is spotless as the moon, who is pure, serene, and still, who has destroyed craving for becoming, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ (ဆီးနှင်းမြူတ်မ်စသော) ညစ်ကြေးကင်းစင် ကြည်လင် တောက်ပသော လမ်းကဲ့သို့ ကိလေသာအညစ်အကြေး ကို ဆေးကြောသုတ်သင်၍ ကြည်လင်သော၊ ဘဝ သုံးပါးအတွက် နှစ်သက် စုံမက်ခြင်းမရှိသောသူကို ဗြာဟ္မဏ ဟု ငါဘုရား ဟောကြား တော်မူ၏။

၂၉၅။ သိဝလိတ္ထေရ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်လည်း ကုဏ္ဍမာနတော၌ ခနတော်မူသောအခါ
ခုနစ်နှစ်ပတ်လုံး ပဋိသန္ဓေနေ၍ ခုနစ်ချက်ပတ်လုံး ဖွားမြင်ရသော

၄၁၄။ ယော မံ ပလိပထံ ဒုဂ္ဂံ၊
သံသာရံ မောဟမစ္စဂါ။
တိဏ္ဍော ပါရဂုံတော စျာယီ၊
အနေဇော အကထံကထိ။
အနုပါဒါယ နိဗ္ဗူတော၊
တမဟံ ပြုမိ ပြ ဟူဏံ။

အနက်—

ယော ဟိက္ခု၊ အကြင်ရဟန်းသည်။ ဣမံ ပလိပထံ၊ ထိုက
ညွန့်ဗွက် နှောင့်ယှက်လွန်ကဲ ဤခရီးခဲကို လည်းကောင်း။ ဣမံ
ဒုဂ္ဂံ၊ ကိလေသာနှောင့်ယှက် ဤအသွားခက်သော ခရီးကို
လည်းကောင်း။ ဣမံ သံသာရံ၊ ဤ အကူးခက်ရာ သံသရာ
ပင်လယ် အပြင်ကျယ်ကို လည်းကောင်း။ ဣမံ မောဟံ၊
သစ္စာလေးပါး ထရားအရောင် ထွန်းပြောင်အောင် မိုက်မွှောင်
လွန်ကဲ ဤမောဟ မှောင်အမဲကို လည်းကောင်း။ အစ္စဂါ၊
အမှန်ထုတ်ချောက် လွန်မြောက်ခဲ့လေ၏။ တိဏ္ဍော၊ ဩသလေး
သွယ် ဝဋ်ပင်လယ်ကို ဟုတ်ကူး မြောက် ခရီးရောက်သည်။
ဟုတ္တာ၊ ဖြစ်၍၊ ပါရဂုံလော၊ နိဗ္ဗာန်ကြွင်း တဘက်ကမ်းသို့
ရှင်လန်းဝမ်းမြောက် တက်ရောက်ခဲ့လေပြီ။ စျာယီ၊ သမထ
ဝိပဿနာ၊ စျ နိဗ္ဗာန်သဘိဇ္ဇာ နေလေ့ရှိ၏။ အနေဇော၊ ကပ်ငြိ
တယ်ဟာ သဏ္ဌာလွယ်လင်း လွန်လွန်ရှင်းသည်။ ဟုတ္တာ၊ ဖြစ်၍၊
အကထံကထိ၊ သို့လော၊ သို့လော တွေးတော ယုံမှားခြင်းလည်း
မရှိ။ အနုပါဒါယ၊ ဥပါဒါနိဗ္ဗာန် စွဲလမ်းရာ နန္ဒာဟူသမျှ အကြွင်း
မရှိမူ၍ နိဗ္ဗူတော၊ နန္ဒာတော်ကို မျှော်ငြိမ်းလေ၏။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊
ထို ပုဂ္ဂိုလ်ကို၊ ပြဟူဏံ၊ ပြဟူဏဟူ၍၊ အဟံ၊ ငါတုရားသည်။
ပြုမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

သီလိမ္မထေရ်ကို အကြောင်းပြု၍ “ယော မံ ပလိယထံ ဒုဂ္ဂံ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာ ကဗျာ

၄၁၄။ ဆုဂဗ္ဗန်ကြမ်း ညစ်သစ်သံသာ၊
မိုက်မဲကျွမ်းခဲ ခရီးခဲပါ၊
နိဗ္ဗာန်ကမ်းတက် ဈာန်ဆက်လေ့သာ၊
တဏှာကင်း သန့်ရှင်းတေးတောကွာ၊
စွဲသမ်းကင်းဝေး ပူအေးသူသာ၊
ငါ့ဇိန မိန့်ဘ ခြံဟူတာ။

414. He who has passed beyond this quagmire, this difficult path, the ocean of life (saṃsāra), and delusion, who has crossed and gone beyond, who is meditative, free from craving and doubts, who, clinging to nought, has attained Nibbāna, him I call a brāhmaṇa.

ကေားပြေ။ ဆုဂဗ္ဗန်ဗွန် လွန်နှောင့်ယှက်သော ခရီးခဲကို လည်းကောင်း၊ ကံလေညစ်ညမ်း အလွန်ကြမ်းသော ခရီးခဲကို လည်းကောင်း။ အကူခက်ရာဝယ်သရာ သမုဒ္ဒရာကို လည်းကောင်း၊ မောဟအမိုက် အမှောင်တိုက်ကို လည်းကောင်း လွန်မြေ ကြိတ်သန်း၍ နိဗ္ဗာန်ကြွင်း တတက်ကမ်းသို့ ရောက်ကာ ဈာန်ချမ်းသာဖြင့် နေလေ့ရှိ၏။ တဏှာသန့်ရှင်း တေးတောကင်းလျက် စွဲသမ်းဝှံ့မှ ခန္ဓာဟူသမျှ ကြွင်းမရသဖြင့် တဇဇာတ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းလေပြီးသော ပုဂ္ဂိုလ်မျိုးကိုသာ ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

gone beyond (နိဗ္ဗာန်ကြွင်း)တတက်ကမ်းသို့ရောက်သည်
is meditative ကမ္မဋ္ဌာန်ရှိသည် (ချန်ချမ်းသာဖြင့်နေသည်)

၂၉၆။ သုန္ဒရသမုဒ္ဒဒတ္တရ ပတ္တု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာသတ္တိပြည့် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ရာဇဂြိုဟ်ပြည်၌ ပြည့်ဟန်စာမ တယောက်
သည် သုန္ဒရသမုဒ္ဒဒတ္တရကို တုံ့ခနစ်ဆင့်ရှိသော ပြာသာဒ်ထက်သို့ပင့်၍
မိန်းမတို့သာယာ ပရိယ ယ်ဖြင့် ဖျားယောင်းသည်ကို ဂန္ဓကုဋီတိုက်တော်

၄၁၅။ ယော ဓ ကာမေ ပဟန္တာန၊

အနာဂါရော ပရိဗ္ဗဇေ။

ကာမဘဝပရိက္ခိဏံ၊

တဗဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ဣဓ လောကေ၊ ဤလောက၌။ ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်
ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ကာမေ၊ ဧတ္ထုအာရုံ ကာမဂုဏ်တို့ကို။ ပဟန္တာန၊
မကြွင်းကျန် ပယ်လွှ်စွန့်ပစ်၍။ အနာဂါရော၊ အိမ်ရာ
တည်ထောင် အသွင်အဖွဲ့ မရှိသည်။ ဟုတူ၊ ဖြစ်၍။ ပရိဗ္ဗဇေ၊
ဖန်ဝါသကံန်း ဝတ်ဆင်မြန်းလျက် ရဟန်းပြုလေ၏။ ကာမ-
ဘဝပရိက္ခိဏံ၊ ကာမ ကုန်ခန်း၍ နောက်ထပ်ဖြစ်လမ်း မရှိ
သော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏဟူ၍။
အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

မှ သိတော်မူ၍ ထိုရဟန်းအထံသို့ ရောက်ခြင်းတော် လွတ်ပြီးလျှင်
“ယော ဓ ကာမေ ပဟန္တာန” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၁၅။ ယခုဘဝ မြတ်လှသူမှာ၊
ကာမပယ်ရှား စွန့်သွားအိမ်ရာ၊
ကာမဘဝ ကုန်ရအောင်လာ၊
ကျင့်ပြီးမှ ဆိုရ ဗြာဟ္မဏာ။

415. He who in this world giving up sensual pleasures would renounce and become a homeless one, who has destroyed sensual desires and becoming, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ ယခုဘဝ ဤလောက၌ မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည်
 ကာမဂုဏ်ကို စွန့်ပယ်၍ အိမ်ရာမယောင် လူ့ဘောင်ကို
ပယ်ခွါပြီး ရဟန်းပြုကာ ကောင်းစွာကျင့်နေ၏။ ကာမကုန်ခန်း၍
နောက်ထပ်ဖြစ်လမ်းမရှိအောင် ကျင့်ပြီးသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား
ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၉၇။ ဇဋ္ဌိလောက္ခရာဇတ္ထိ၊

ဗုဒ္ဓရှင်တော်ပြတ်ကည့် ဟုဇုဂ္ဂိုဟ်ပြည့် ဝေဠုဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဇဋ္ဌိလောက္ခရာသည် များစွာသော ရည်းစိမ်သို့ ဂို
ပစ်စွန့်၍ ရဟန်းပြုလျှင် နှစ်ရပ်သုံးရက်ဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်
၏။ ထင်၏သည်။ စိမ်ချမ်းသာတို့ကို အောက်မေ့၏လောဟု ဟပ်ပြီးတော
ရဟန်းတို့က မေးသည့်ရှိသော မအောက်မေ့ပြီဟု မပြောခြင်းကြောင့်
မယုံကြည်၍ တုရားထံ လျှောက်ကြသည်တွင် “ယော ဓ ကဏ္ဍံ
ပဟန္တာန” စသောဂါယာကို ဟောတော်မူ၏။

၄၁၆။ ယော ဓ ကဏ္ဍံ ပဟန္တာန၊

အနာဂါရော ပရိပ္ပဇေ။

တဏှာသမာဓိက္ခိဏံ၊

တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ဣဓ လောကဿ ဤလောကဋ္ဌိ။ ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်
ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ကဏ္ဍံ၊ ခြောက်ပါးခွါရ လည်းကျပေါ်ထွက်
တပ်မက်တက်စွာ တဏှာကားကို။ ပဟန္တာန၊ မကြွင်းမကျန်
ပယ်သုန်စွန့်ခံ၍။ အနာဂါရော၊ ကုသိုလ်ပြုခွင့် အသင့်နည်း
ကြောင်း ကျင့်ပြောင်းလှစွာ အိမ်ရှေ့နောင်ဖွဲ့ခြင်း မရှိသည်။
တဏှာ၊ ဖြစ်၍။ ပရိပ္ပဇေ၊ လူသို့၏ဆောင် ခွါရှောင်ထွက်မြန်း
ရဟန်းပြု၏။ တဏှာသမာဓိက္ခိဏံ၊ တဏှာကုန်ခန်း၍ နောက်ထပ်
ဖြစ်လမ်းမရှိသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထို ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏ
ဟူ၍။ အဟံ၊ ငါတုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၉၈။ ဇောတိကဏ္ဍေရု ဝတ္ထု၊

ဇောတိက သဋ္ဌေကြီး ရဟန်းပြု၍ ရဟန္တာဖြစ်ရေ၌လည်း ထိုအတူ
ပင် အကြောင်းဖြစ်လာ၍ ယင်းဂါထာကိုပင်ထပ်၍ ဟောတော်
မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၁၆။ ယခုဘဝ မြတ်လှသူမှာ၊
တဏှာပယ်ရှား စွန့်သွား အိမ်ရာ၊
တဏှာဘဝ ကုန်ရအောင်သာ၊
ကျင့်ပြီးမှ ဆိုရ ဗြာဟ္မဏ။

416. He who in this world giving up craving, would renounce and become a homeless one, who has destroyed craving and becoming, him I call a brāhmaṇa.

ကားပြေ။ ယခုဘဝ ဤလောက၌ မြတ်သော ပုဂ္ဂိုလ်သည် တပ်မက်
တဏှာ စွန့်ပယ်ခွါ၍ အိမ်ရာမထောင် လူ့ဘောင်ကို
ပယ်စွန့်ပြီး ရဟန်းပြုကာ သောင်းစွာကျင့်နေ၏။ တဏှာကုန်ခန်း၍
နောက်ထပ်ဖြစ်လမ်းမရှိအောင် ကျင့်ပြီးသောသူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါတို့ရား
ဟောကြားတော်မူ၏။

၂၉၉။ နဒုပ္ပတ္တကဏ္ဍေနေ ဝတ္ထု၊

တယောကံသော ကဓေသညမ သားလျှော် ကခုသော ကခြင်းကို
ကစားလျက် လှည့်ပတ် သွားလာသည့်ရှိသော် ဘုရားဘုရားတော်ကို
နာ၍ ရဟန်းပြု၍ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်၏။ ဘုရား အမှူးရှိသော
သံဃာနှင့်တကွ ထိုရဟန်း ဆွမ်းခံပင်လေသော် တယောကံသော
ကဓေသည၏သား ကသည်ကိုမြင်၍ ထိုရဟန်းကို ဤကခြင်း၌ သင့်
အား သိနေဟ (နှစ်သက်တူယံကမ္မ) ရှိကလောဟု မေး၍ မရှိပါဟုဆို
သည်ကို ဤရဟန်းကား မဟုတ်မမှန်ပဲ အရဟတ္တဖိုလ်ကို ပြောကြား
သည်ဟု ဆိုကုန်၏။ ဘုရားရှင်ကြီးတော်မူ၍ ရဟန်းတို့ ငါ့သားတော်

၄၁၇။ ဟိတွာ မာနုသကံ ယောဂံ၊

ဒိဗ္ဗံ ယောဂံ ဥပစူဂါ။

သဗ္ဗယောဂဝိသံယုတ္တံ၊

တမဟံ ဗြူမိ ပြာဟူဏံ။

ဟနက်— ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြံပုဂ္ဂိုလ်သည်။ မာနုသကံ ယောဂံ၊
လူ၌ဖြစ်သော အသက်ရှည်ကြာ ဥစ္စာတိုးပွား ငါးပါးအာရုံ
ကာမဂုဏ်၌ ခုံမင်တတ်လှ လုံ့လပြုခြင်းကို။ ဟိတွာ၊ မတွယ်
အဓိဋ္ဌာန်ချောင်ပယ်စွန့်၍။ ဒိဗ္ဗံယောဂံ၊ နတ်၌ဖြစ်သော အသက်
ရှည်ကြာ များစွာအာရုံ ကာမဂုဏ်၌ ခုံမင်တတ်စွာ လုံ့လ
ပြုခြင်းကို။ ဥပစူဂါ၊ လွန်မြောက်လေ၏။ သဗ္ဗယောဂဝိသံယုတ္တံ၊
အလုံးစုံသော ယောဂလေးပါးနှင့်လည်း မယှဉ်သော။ ဝါ၊ ဒိဋ္ဌိ
တဏှာ အဝိဇ္ဇာ နှောင်စေးဖြင့် ယှဉ်စပ်ပေးထားခြင်း မရှိသော။
တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ပြာဟူဏံ၊ ပြာဟူဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါ
ဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ယောကြားတော်မူ၏။

သည် ဓပ်သိမ်းသော ယောဂ (ကာရုဏ်၌ လုံ့လပြုခြင်း)ကို ပယ်စွန့်
(လွန်မြောက်) လေပြီဟု မိန့်တော်မူ၍ “ဟိတော မာနုသကံ ယောဂံ”
စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၁၇။ လူနတ်ဖြစ်ခိုက် အကြိုက်စုံညီ၊
သက်ရှည်ဘောဂ ကာမစွန့်ပြီ၊
လုံးစုံနှောင်ကွင်း လွတ်ကင်းလေပြီ၊
ထိုသူအား ပုဏ္ဏား ငါဆိုသည်။

417. He who, discarding human ties and transcend-
ing celestial ties, is completely delivered from all ties,
him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။လူနတ်၌ဖြစ်သော အသက်ရှည်ကြာ ဥစ္စာဘောဂ ငါးဝ
အာရုံ ကာရုဏ် အနှောင်အဖွဲ့များကို ပယ်ရှားစွန့်လွှတ်
၍ အလုံးစုံသော (ဒိဋ္ဌိ ဂဏှာ အဝိဇ္ဇာ) နှောင်စေးတို့ဖြင့် ယှဉ်စပ်ခြင်း
မရှိသော သူကို ဗြာဟ္မဏဟု ငါတုရားဟောကြားတော်မူ၏။

၃၀၀။ ကေန နဋ ပုတ္တကတ္ထေရ ဝတ္ထု

တယောက်သော ကချေသည်သား ရဟန်းပြုသဖြင့် အရဟတ္တ
ဖိုလ်သို့ ရောက်၍ နေ့စဉ် အရဟန်းတို့အတိုင်း နေ့စဉ်အတိုင်းပြောဆို၍
ဘုရားအားလျှောက်ကြံလျှင် ငါ၏သားတော်သည် “ရတိ အရတိ”

၄၁၈။ ဟိတွာ ရတိံ စ အရတိံ စ၊

သီတိဘူတံ နိရူပဓိံ။

သဗ္ဗလောကာဘိတုံ ဝိရံ၊

တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ရတိံ စ၊ ငါးဖြားအာရုံ ကာမဂုဏ်၌ မြူးခုံရှင်ပျော် မွေ့
လျော်ခြင်းကိုလည်းခေါ်ဝင်။ အရတိံ စ၊ ဆိတ်ငြိမ်ခိုအောင်း
တောကျောင်း နေခွင် ဆန့်ကျင်ငြီးငွေ့ မပျော် မွေ့ခြင်းကို
လည်းကောင်း။ ဟိတွာ၊ တကယ်မတုန် ပယ်စွန့်၍။ သီတိဘူတံ၊
တထောင့်ငါးရာ ကိလေသာမီး လောင်မြှိုက်ပြီးကို မဂ်ရေပက်
ဆေး ငြိမ်းအေးပြီးသော၊ နိရူပဓိံ၊ ညစ်ညူးကြောင်းလာ
ကိလေသာမှ ကောင်းစွာ ကင်းဝေးသော။ သဗ္ဗလောကာဘိတုံ၊
ခန္ဓာဟူသမျှ အလုံးစုံသောလောကကို မကွဲအောင် အညွန့်ချိုး
လျက် လွှမ်းမိုးနှိပ်စက်၍ တည်သော။ ဝိရံ၊ ရဲစွမ်းသတ္တိ လုံ့လ
ရှိသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏ ဟူ၍။
အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

(ဓမ္မလျော်ခြင်း၊ ငြီးငွေ့ခြင်း) ကို ပယ်ပြီးပြီဟု မိန့်တော်မူ၍
“ဟိတံ သုတံ” စ ဣဒံ” စ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၁၈။ ကာမပျော်လေ့ မဓမ္မတောမု၊
ပယ်ခွါပြီးမှ အေးမြချမ်းသာ၊
ကိလေသာကင်း နှိမ်နင်းခန္ဓာ၊
ဇွဲကောင်းမှ ခေါ်ကြ ဗြာဟ္မဏာ။

418. He who has given up likes and dislikes, who is cooled and is without substrata, who has conquered the world, and in strenuous, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ ကာမဂုဏ်၌ မြူးခုံရွှင်ပျော် ဓမ္မလျော်၍ တောကျောင်း
ငြီးငွေ့ မပျော်ဓမ္မခြင်းကို ပယ်ခွါပြီးလျှင် ကိလေသာမီး
ငြိမ်းအေးပြီး၍ (ကိလေသာ) အခိုးအငွေ့မရှိ ခန္ဓာဟူသမျှ လောက
အောင်မြင် သတ္တိရှင်ဖြစ်သောသူကိုသာ ဗြာဟ္မဏ ဟု ငါဘုရား ဟော
ကြားတော်မူ၏။

၃၀၁။ ဝဂီသပြာဟုဏဝတ္ထု

ဝဂီသပုဏ္ဏားသည် သေရောသုဏ် ဦးခေါင်းကို ခေါက်၍ ဤ
ဦးခေါင်းကားငရဲ၌ ဖြစ်သောသုဏ် ဦးခေါင်းတည်း။ ဤကားတံရစ္ဆာန်
၌ ဖြစ်သောသုဏ် ဦးခေါင်းတည်း။ ဤသို့စသည်ဖြင့် ခံ၏။ ဘုရားရှင်
သည် ထိုပုဏ္ဏားလာမည့်ကိုသိ၍ ငရဲ၊ တံရစ္ဆာန်၊ လူ၊ နတ် ဤလေး
ဌာနတို့၌ ဖြစ်ကုန်သောသုတို့၏ ဦးခေါင်း၊ ရဟန္တာ၏ဦးခေါင်း ဤ
ငါးခုသော ဦးခေါင်းတို့ကို ဆောင်စေ၍ ရောက်လာသောအခါ

၄၁၉။ စုတံ ယော ဝေဒိ သတ္တာနံ၊

ဥပပတ္တိဉ္စ သဗ္ဗသော။

အသတ္တံ သုဂတံ ဗုဒ္ဓံ၊

ဧမဟံ ပြုမိ ပြာဟိဏံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ သတ္တာနံ၊ တဏှာ
သတ္တိ ကပ်ငြိတတ်စွာ သတ္တဝါတို့၏။ သဗ္ဗသော၊ ခပ်သိမ်းသော
အခြင်းအရာအားဖြင့်။ စုတံဉ္စ၊ စုတေဇ္ဈေလျာ ဆေခြင်းသဘော
ကိုလည်းကောင်း။ ဝါ၊ ထင်ရှားရှိသောတပေမူ ဇ္ဈေလျာကျတတ်
သေဆုံးတတ်သော သဘောကို လည်းကောင်း။ ဥပပတ္တိဉ္စ၊ ဘဝ
ဟောင်းနှင့် အကြောင်းယှက်လတ် ဆက်မပြတ်အောင် စပ်ပေး
ကတ်သော အရာ ဤဟဝဉ္စ အစဖြစ်သော ပဋိသန္ဓေကိုလည်း
ကောင်း။ ဝေဒိ၊ ပိုင်းခြားတင် ထင် သိမြင်နိုင်၏။ အသတ္တံ၊
ဟဏှာသတ္တိ ကင်းကုန်ကိသဖြင့် ဖော်ငြိတသော။ ဝါ၊ တွယ်ဟာ
ကပ်ငြိခြင်း မရှိသော။ သုဂတံ၊ ကျင့်ဝတ်ပဋိပတ်ဖြင့် ကောင်း
စွာဖြစ်သော။ ဝါ၊ ကောင်းမွန်စွာ နိဗ္ဗာန်ကို အာရုံပြုသော
အားဖြင့် သွားသော။ ဗုဒ္ဓံ၊ သစ္စာလေးပါး ဖြတ်တရားကို
ပိုင်းခြား ထင်တင် သိမြင်သော။ တံပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။
ပြုဟိဏံ၊ ပြောဟော ဟူ၍။ ဧမဟံ၊ ငါဘုရားသည်။ ပြုမိ၊
ဟောကြား တော်မူ၏။

မေးတော်မူသော် လေးဌာန၌ဖြစ်သော ဦးခေါင်းကိုခေါက်၍ ဖြစ်ရာ
ကိုသိ၏။ ရဟန္တာ၏ ဦးခေါင်းကို မေးသော် ထိုဦးခေါင်းကို ခေါက်၍
ဖြစ်ရာဌာနကို မသိဟုဆို၏။ သင်မသိသလောဟု မေးလျှင် ကျွန်ုပ်မသိ
ပါဟုဆိုလေသော် ငါတုရားသိ၏ဟုဆိုလျှင် ကျွန်ုပ်အား ဤမန္တန်
အတတ်ကို ပေးပါလောဟုတောင်း၏။ ရဟန်းမဟုတ်သောသူအား
မပေးနိုင်ဟု မိန့်တော်မူလျှင် မန္တန်သင်အံ့ဟု တုရား၏ထံကော်၌
ရဟန်း ပြုပြီးသော် ဝဂီသမဓထရ်ဟူသော အမည်ကို ရ၏။
“ဒွတ္တိ”သကားရ” (သုံးဆယ်နှစ်ကောဌာသ) ကမ္မဋ္ဌာန်းကို ပေး၍
ဤကား မန္တန်ပင်တည်း။ ရွတ်ဖတ်သရဇ္ဈာယ်လျက် အကြားအကြား
၌ ပုဏ္ဏားတို့က မန္တန်သုံး ပြီးပြီလောဟု မေးသော် နေဦးဆို၍ စာရက်
နှစ်ရက်မျှဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်၍ တဖန် မေးပြန်သော် ယခု
ငါမပြန်တော့ပြီဟု ဆိုသည်ကို မဟုတ်မှန်ပဲလျက် အရဟတ္တဖိုလ်ကို
ပြောကြားသည်ဟု လျှောက်ကြံရာတွင် ဤသို့ မဆိုကုန်လင့်။ ငါ့သား
တော်ကား စုတိ ပဋိသန္ဓေ (သေခြင်း တဖန်ဖြစ်ခြင်း)ကို ပိုင်းခြား

၄၂၀။ ယဿ ဂတိံ နုဇာနန္တိ၊
ဒေဝါ ဂန္ဓဗ္ဗမာနုဿ။
ခိဏာသဝံ အရဟန္တံ၊
တမဟံ ဗြဟ္မံ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်— ယဿ ပုဂ္ဂလဿ။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား၊ ဂတိံ၊ လားရာဂတိ
(လားရာအစ)ကို၊ ဒေဝါ၊ နတ်တို့သည် လည်းကောင်း။
ဂန္ဓဗ္ဗာ၊ ဂန္ဓဗ္ဗတို့သည်လည်းကောင်း။ မာနုဿ၊ လူတို့သည်
လည်းကောင်း။ နုဇာနန္တိ၊ ပကတိညဏ် ဝေဖန်ပိုင်းဆ မသိနိုင်
ကြကုန်။ ခိဏာသဝံ၊ ကုန်ပြီးသော အာသဝေဂါရှိသော။
အရဟန္တံ၊ ကိလေသာတည်း ဟူသော ခန့်သုတ္တံမှ အလွန်ဝေး
ကွာသော၊ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏဟူ၍
အဟံ၊ ငါတုရား ှည်။ ဗြဟ္မံ၊ ဗဟုဗျာဒိတော်မူ၏။

သိမြင်လေပြီဟု-မိန့်တော်မူ၍ “စုတိ” ယော ဝေဒိ သတ္တဝါနံ ” စသော
ဂါထာကိုဟောဟော်မူ၏လော့ဟု မိန့်တော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၄၁၉။ သတ္တဝါစုတိ ပဋိန္ဒရ်တန်၊
သိမြင်နိုင်ဘိ ကပ်ငြိကင်းပြန်၊
ကောင်းစွာလာငြား သိထားအမှန်၊
သူ့ကိုမူ ခေါ်ကြ ပြာဟူဏ်။

419. He who, in every way, knows the death and rebirth of beings, who is detached, well-gone, and enlightened, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် သတ္တဝါတို့၏ သေခြင်း ပဋိသန္ဓေ
နေခြင်းကို အလုံးစုံ (အကုန်အစင်) သိကာ ကပ်ငြိတွယ်တာ
တဏှာမရှိ ပဋိပတ်ကို ကောင်းစွာကျင့်၍ သစ္စာ လေးပါး တရားအမှန်
ကေန့်သိ၏။ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ ပြာဟူဏဟု ခေါ်ဘုရားဟောကြားတော်မူ၏။

မြန်မာကဗျာ

၄၂၀။ ရဟန္တာ၏ ဂတိလားရာ၊
လူနတ်များက မသိကြပါ၊
အာသဝေါခန်း ရဟန်းဖြစ်လာ၊
ထိုသူမူ ခေါ်ကြ ပြာဟူဏာ။

420. He whose destiny neither gods nor gandhabbas nor men know, who has destroyed all Defilements, and is an arahat, him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ရဟန္တာပုဂ္ဂိုလ်၏ လားရာဂတိ (လားရာဆံ့)
ကို လူ၊ နတ်၊ ဂန္ဓဗ္ဗတယ်ပုဂ္ဂိုလ်မှ မသိကြကုန်၊ အာသ
ဝေါကုန်ခန်း၍ ရဟန္တာဖြစ်သော ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို ပြာဟူဏ ဟု-ခေါ်ဘုရား
ဟောကြားတော်မူ၏။

၃၀၂။ ဓမ္မဒိန္နာ ထေရီ ဝတ္ထု

ဓမ္မဒိန္နာဘိက္ခုနီမ၏ လူ့ဘဝက လင်ဖြစ်ခဲ့သော ဝိသာခ ဥပသကာသည် ဘုရားအထံ၌တရားနာ၍ အနာဂါမိဖိုလ်သို့ရောက်၍ ဓမ္မဒိန္နာအား အလုံးစုံကို အပ်နှင်းသော် သင်စွန့်လေပြီးသော တံတေးကို အဘယ်သူ ခံအံ့နည်း။ ငါ့အား ရဟန်းပြုရန်ခွင့်ပေးပါဟု လင်ကိုခွင့်တောင်းပြီး လျှင် ရဟန်းမ ပြုပြီးသော် ဝိဝေက (အရဟတ္တဖိုလ်) အကျိုးငှါ အခြား ရဟန်းမတို့နှင့် ဇနပုဒ်သို့သွား၍ မကြာမီ အရဟတ္တဖိုလ်သို့ရောက်၍ တဖန် ပြန်လာ၏။ ထိုအခါ ဝိသာခဥပသကာသည် ထိုထေရီမကို သောတာပတ္တိစသော မဂ်တို့၌ အစဉ်အဆင့် ပြဿနာမေး၏။ မေးတိုင်း

၄၂၁။ ယဿ ပုရေ စ ပစ္ဆာ စ၊
မဇ္ဈေ စ နတ္ထိ ကိဉ္ဇနံ။
အကိဉ္ဇနံ အနာဒါနံ၊
တမဟံ ဗြူမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယဿ ပုဂ္ဂလဿ၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်အား။ ပုရေ စ၊ ရွှေ၌ဖြစ်ကျန် လွန်ခဲ့ပြီးသော စည်းစိမ်ဥစ္စာ ကိုယ်ခန္ဓာ၌ လည်းကောင်း။ ပစ္ဆာ စ၊ ဘဝဇာတ်သိမ်း မငြိမ်းသေးသမျှ ဖြစ်ရလတ္တံ့သော စည်းစိမ်ဥစ္စာ ကိုယ်ခန္ဓာ၌ လည်းကောင်း။ မဇ္ဈေ စ၊ အတိတ် အနာဂတ် နှစ်ရပ်ကြားထဲ ဖြစ်ဆဲဖြစ်သော စည်းစိမ်ဥစ္စာ ကိုယ်ခန္ဓာ၌ လည်းကောင်း။ ကိဉ္ဇနံ၊ တဏှာယူဖမ်း စွဲလမ်း ကြောင့်ကြ တောင့်တခြင်းသည်။ နတ္ထိ၊ ရှိ။ အကိဉ္ဇနံ၊ ရာဂကိဉ္ဇန စသည် တောင့်တ ကြောင့်တခြင်းမရှိသော။ အနာဒါနံ၊ တစုံ တခု လေးပြုဆွဲမှု စွဲယူခြင်းမရှိသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊ ငါဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြား တော် မူ၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိက- (၄)-၂၅

ဖြေ၏။ လွန်၍ ပြဿနာမေးသောအခါ ထေရီမသည် “အတ္ထရိယံ ဝတ အာဝုသော ဝိသာခ” (ဒါယကာ ဝိသာခ အံဖွယ်ရှိစွာ) ဟု-ဆို၍ အလိုရှိသော် ဘုရားကို မေးလေဦးဟု ဆိုသဖြင့် ထေရီမကို ရှိခိုး၍ ဘုရားအထံသို့သွား၍လျှောက်လက်သော် ငါ၏ သမီးတော် ဓမ္မဒိန္နာ သည် ကောင်းစွာ ဖြေအပ်၏။ ငါသည် ပြဿနာဖြေသော် ဤအတူပင် ဖြေရာ၏ ဟု-ဆို၍ တရားဟောလိုရကား “ယဿ ပုရေ စ ပစ္ဆာ စ” စသောဂါထာကို ဟောတော်မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၂၁။ ရွှေဖြစ်နောက်ဖြစ် ခုဖြစ်နွေ၊
စည်းစိမ်ဘောဂ ကြောင့်ကြကင်းကွာ၊
စွဲလမ်းကပ်ငြိ ရှိသူသာ၊
ငါငါန မိန့်ဟ ပြာဟူကာ။

421. He who has no clinging to aggregates that are past, future, or present, who is without clinging and grasping, him I call a brāhmaṇa.

ကားပြေ။ ။ အတိတ် အနာဂတ် ပစ္စုပ္ပန် (ဖြစ်ပြီး ဖြစ်လတုံ ဖြစ်ဆဲ) ဖြစ်သော စည်းစိမ်ဥစ္စာ ကိုယ်ခန္ဓာတို့ကို တဏှာယူဖမ်း စွဲလမ်း တောင့်တ ကြောင့်ကြခြင်းမရှိ၊ ကြောင့်ကြ စွဲလမ်းစရာ ဘာတခုမှမရှိသောသူကို ပြာဟူဟု ငါဘုရားဟောကြားတော်မူ၏။

has no cling	စွဲလမ်းတောင့်တ ကြောင့်ကြမရှိ
aggregates	စုပေါင်းခြင်းများ (စည်းစိမ်ဥစ္စာ၊ ကိုယ်ခန္ဓာများ)
grasping	စွဲယူခြင်း (ဥပါဒါန်)

၃၀၃။ အင်္ဂုလိမာလတ္ထေရ ဝတ္ထု

အင်္ဂုလိမာလမထေရ်ကို ငါ့ရှင်-ကြမ်းသော ဆင် ထီးမိုးလျက် တည်
သည့်ကို မြင်၍ သင်ကြောက်သလောဟု-ရဟန်းတို့ မေးလတ်သော်
“ န ဘယာမိ အာရုံသော ” (ငါမကြောက် ငါ့ရှင်) ဟု-ပြောဆို
သည်တွင် အရဟတ္တဖိုလ်ကို မဟုတ်မမှန် လုပ်ကြံပြောသည်ဟု-ဘုရားရှင်
အား လျှောက်ကုန်၏။ ငါ၏သားတော် အင်္ဂုလိမာလမကြောက်၊
ရဟန္တာတို့သည် ဥသဘတို့တွင် “ ဇေဋ္ဌ ဥသဘ ” (အကြီးဆုံး ဥသဘ)

၄၂၂။ ဥသဘံ ပဇရံ ဝီရံ၊
မဟေသိံ ဝိဇိတာဝိနံ၊
အနေဇံ နှာတကံ ဗုဒ္ဓံ၊
တမဟံ ဗြူမိ မြာဟွံဏံ။

အနက်—

ဥသဘံ၊ မကြောက်မရွံ့ ရဲဝံသတ္တိ လုံ့လရှိသဖြင့် နှားလား
ဥသဘနှင့်တူသော။ ပဇရံ၊ မြင့်မြတ်သော။ ဝီရံ၊ လုံ့လဥဿာဟ
ဝီရိယရှိသော။ မဟေသိံ၊ သီလက္ခန္ဓ စသည်ကျေးဇူး ဂုဏ်
အထူးကို ရှင်မြူးဝမ်းသာ ကောင်းစွာရှုမိုး တတ်ထသော။
ဝိဇိတာဝိနံ၊ သုံးပါးသောမာရ်ကို ပယ်လှန်ချိုးလှီး အောင်မြင်ပြီး
ထသော။ အနေဇံ၊ အမည်ဇော တဏှာမရှိသော။ နှာတကံ၊
ကိလေသာချေးညော် ဆေးလျော်ပြီးထသော။ ဗုဒ္ဓံ၊ သစ္စာ
လေးပါး မြတ်တရားကို ပိုင်းခြားထင်ထင် သိမြင်ပြီးထသော။
တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထို ပုဂ္ဂိုလ်ကို။ မြာဟွံဏံ၊ မြာဟွံဏဟူ၍။ အဟံ၊
ငါဘုရားသည်။ ဗြူမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

ဖြစ်ကုန်၏။ ငါ့သားတော်နှင့်တူကုန်သော ရဟန်းတို့သည် မကြောက်
ကုန်ဟု မိန့်တော်မူ၍ “ဥသဘံ ပဝရံ ဝီရိ” စသောဂါထာကို ဟောတော်
မူသည်။

မြန်မာကဗျာ

၄၂၂။	ရဲဝံ့စွမ်းအား	နှားလားတူစွာ၊
	မြတ်ဝီရိယ	သီလကိုရှာ၊
	မာရ်အောင်ညစ်ကြေး	ပက်ဆေးပြီးကာ၊
	သစ္စာသိ	ခေါ်ဘိ ဗြာဟ္မဏာ။

422. The fearless, the noble, the hero, the great sage,
the conqueror, the desireless, the enlightened, him I call
a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ မကြောက်မရွံ့သည်ဖြစ်၍ မြတ်သောအာဇာနည် နှားလား
ဥသဘာနှင့်တူသော သီလက္ခန္ဓာ စသည့်ကျေးဇူး ဂုဏ်ထူး
ရှိသော သုံးပါးသော မာရ်ကို အောင်မြင်ပြီး၍ တဏှာကင်းကွာ
ကိလေသာ ချေးညှော် ဆေးလျော်ပြီးကာ သစ္စာလေးပါး တရားသိ
မြင်သောသူကို ဗြာဟ္မဏ ဟု ငါဘုရား ဟောကြားတော်မူ၏။

၃၀၄။ ဝေဇေဟိတ ဗြာဟ္မဏ ဝတ္ထု

ဗုဒ္ဓရှင်တော်မြတ်သည် သာဝတ္ထိပြည် ဇေတဝန်ကျောင်းတော်၌
နေတော်မူသောအခါ ဘုရားရှင်လေနာနှိပ်စက်သည်ဖြစ်၍ ရေနှေးအလို့

၄၂၃။ ပုဗ္ဗေနိဝါသံ ယော ဝေဒိ၊
သဂ္ဂါပါယဉ္စ ပဿတိ။
အထော ဇာတိက္ခယံ ပတ္တော၊
အဘိညာပေါသိတော မုနိ။
သဗ္ဗပေါသိတဝေါသာနံ၊
တဟံ ပြုမိ ဗြာဟ္မဏံ။

အနက်—

ယော ပုဂ္ဂလော၊ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည်။ ပုဗ္ဗေနိဝါသံ၊ ရွေးရွေး
ဘဝ နေသမျှဖြစ်အင် ခန္ဓာအစဉ်ကို။ အဝေဒိ၊ လင်းလင်းထင်ထင်
သိမြင်လေပြီ။ သဂ္ဂဉ္စ၊ နှစ်ဆယ့်ခြောက်ထပ် ထက်နုတ်ဗြဟ္မာ
ပြည်တော်သာကိုလည်းကောင်း။ အပါယဉ္စ၊ ချမ်းသာကင်းဝေး
ဘေးဒုက္ခစုံ အပါယ်ဘုံကိုလည်းကောင်း။ ပဿတိ၊ စိဗ္ဗစက္ခုဖြင့်
ကြည့်ရှုထင်ထင် သိမြင်နိုင်၏။ အထော၊ ထိုမှတပါး။ ဇာတိက္ခယံ၊
အရဟတ္တဖိုလ်သို့။ ဝါ၊ ဘဝဇာတ်သိမ်း ချုပ်ငြိမ်းရာမှန် ပြည်
နိဗ္ဗာန်သို့၊ ပတ္တော၊ ရောက်၏။ အဘိညာ—အဘိညာယ၊ ထူးသော
ဉာဏ်ဖြင့် အရဟတ္တဖိုလ်ကိုသိ၍။ ပေါသိတော၊ နိဗ္ဗာန်သို့။ ဝါ၊
သုံးအပ်ပြီးသော သီတင်းအဆုံးသို့။ ဝါ၊ အကျင့်ပြီးဆုံးခြင်းသို့။
ပတ္တော၊ ရောက်၏။ မုနိ၊ အာသဝက္ခယ ပညာသဘောဖြင့်
မောန၏။ အဖြစ်သို့ ရောက်သောကြောင့် မုနိမည်၏။ သဗ္ဗပေါ-
သိတဝေါသာနံ၊ (အလုံးစုံသော ကိလေသာကို ပယ်ကာဖြစ်သုံး
အဆုံးသတ်မှတ် အရဟတ္တမဂ် တည်းဟူသော ဗြဟ္မစရိယ ဝါသ
ကို။ နေမျှလေပြီးသောကြောင့်) သုံးအပ်သောသီတင်း အဆုံး
ရှိသော။ တံ ပုဂ္ဂလံ၊ ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကို။ ဗြာဟ္မဏံ၊ ဗြာဟ္မဏဟူ၍။ အဟံ၊
ငါ့ဘုရားသည်။ ပြုမိ၊ ဟောကြားတော်မူ၏။

၎င်းဝေဒဟိတပုဏ္ဏားအိမ်သို့ ရှင်ဥပါသမထေရ်ကို လွှတ်တော်ပူလိုက်
၏။ ပုဏ္ဏားလည်း ဝမ်းမြောက်ဝမ်းသာ တင်လဲသကာကိုလည်းကောင်း၊
ရေနှေးကိုလည်းကောင်း ယူခဲ့၍ ကျောင်းတော်သို့ ရောက်လျှင် ရေနှေး
ဖြင့် ကိုယ်တော်မြတ်ကို ရေချိုး၍ တင်လဲသကာကိုကပ်၏။ ထိုခဏ၌
လေထောဂါငြိမ်းလေ၏။ ပုဏ္ဏားသည် ဘုရားရှင်ကို ချီးမြှင့်၍ အဘယ်သူ
သည် မြတ်သောအလှူခံပုဂ္ဂိုလ်မည်သနည်း ဟုလျှောက်၏။ ဘုရားရှင်
သည် ထိုပြဿနာကို ကောင်းစွာဖြေဆိုတော်မူခြင်းငှါ “ ပုဗ္ဗနိဝါသံ
ယော ဝေဒိ ” စသော ဂါထာကို ဟောတော်မူ၏။ ထိုဂါထာ၏ အဆုံး
၌ များစွာသောလူတို့သည် သောတာပတ္တိဖိုလ်သည်သို့ ရောက်လေ
ကုန်၏။ ဝေဒဟိပုဏ္ဏားသည် သရဏဂုံသံလ၌ တည်လေ၏။

မြန်မာကဗျာ

၄၂၃။ ရှေးရှေးဘဝ	နေရခန္ဓာ၊
နတ်ပြည် ငရဲ	ကြည့်လဲမြင်တာ၊
ဘဝဇာတ်သုဉ်း	ကျင့်ဆုံးရောက်ကာ၊
ထူးညက်ဖြင့်	သိသင့် ဖိုလ်ချမ်းသာ။
မုန်ကျင့်ထုံး	သိဆုံးသူသာ၊
ငါ့ဇိန	မိန့်ဟ ပြောဟူကာ။

423. That sage who knows his former abodes, who sees heaven and hell, who has reached the end of births, who, with superior wisdom, has perfected himself, who has completed (the holy life) the end of all (passions), him I call a brāhmaṇa.

စကားပြေ။ ။ အကြင်ပုဂ္ဂိုလ်သည် ရွှေရွှေဘဝ၌ နေခဲ့ဘူးဘော ဘဝ
 ခန္ဓာစသည်ကိုသိ၍ နတ် ဗြဟ္မာတို့နှင့် အပါယ်လေးဘုံ
 ကိုလည်း ခဗ္ဗစက္ခုဖြင့် ကြည့်ရှုထင်ထင် သိမြင်နိုင်၏။ ဘဝဇာတ် ကုန်ဆုံး
 ရာ အရဟတ္တဖိုလ် (နိဗ္ဗာန်) သို့ ရောက်၏။ ထူးသောဉာဏ်ဖြင့်
 (အာသဝက္ခယဉာဏ်ရသော) ပညာထူးချွန် မုနိမုနိအဖြစ်နှင့် မိမိကိုယ်တိုင်
 ကျင့်သုံးပြီးဖြစ်၏။ အလုံးစုံသော ကိလေသာတို့၏ ကုန်ဆုံးရာ (အရဟတ္တ
 မဂ်အကျင့်ကို ကျင့်ပြီးသော) ထိုပုဂ္ဂိုလ်ကိုသာ ဗြာဟ္မဏဟု ငါဘုရား
 ဟောကြားတော်မူ၏။

ဗြာဟ္မဏဝဂ်-ဗြာဟ္မဏအုပ်စု ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဝိတိကာ

“နိဂမ ဂါထာ”

၁။ မုနယော ရမန္တိ ဧတ္ထ၊
မုဋ္ဌာတိ ဝိဿုတေ နဂြေ။ (နဂရေဖတ်)
မြို့မရွှေဂူ သံဃာရမ၊
ထေရဝရဿန္တေသိနာ။

ဧတ္ထ နဂရေ၊ သလ္လာဝတီ ဂုဏ်ရည်မချို့၊ ဤသည့်မြို့၌။
မုနယော၊ ပရိယတ်နှင့် ပဋိပတ်ဂုဏ်ရည် စံမမီကျော်ကြား လယ်တီ
ဆရာတော်ဘုရားစသော ရဟန်းတော် ပညာရှိ၊ လူပညာရှိတို့သည်၊
ရမန္တိ၊ ပရိယတ်နှင့် ပဋိပတ်နှစ်ဖြာ ကျမ်းရေးဟာဖြင့် သာယာ
ပျော်ပိုက် မင်ဆိုက်ဘာဝနာ ကျင့်သုံးကာ နေထိုင်ကြပါကုန်၏။
ဣတိ တသ္မာ၊ ထို့ကြောင့်။ ဝါ၊ မုနိပျော်ပိုက် မင်ဆိုက်ဘာဝနာ
ကျင့်သုံးကာဖြင့် နေထိုင်ကြပါသောကြောင့်။ မုဋ္ဌာတိ ဝိဿုတေ၊
မုနိပျော်ပါး တရားကျင့်ရာ (မုနယရွာ) မြို့မုဋ္ဌာဟု လွန်စွာ
ထင်ရှား လူသိများသော။ နဂြေ-နဂရေ၊ ရဟန်းမွေ့လျော်
ရွှေမြို့တော်၌။ မြို့မရွှေဂူသံဃာရမထေရဝရဿ၊ မြို့မရွှေဂူ နေတဆူ
တမျှ တေဇဘုန်းရှိ ပါဠိတက္ကသိုလ် နုပျိုသိဿ ဓမ္မာစရိယနှင့်
ဓမ္မကထိကများစွာ ပေါ်ထွက်လာသဖြင့် မြန်မာမြေပေါ် ကမ္ဘာ
ကျော်သိ ခံပတ်ထင်ရှား နာယကဆရာတော် ဦးကေသမုသိရိ
မထေရ်မြတ်ဘုရား၏။ အန္တေသိနာ—အန္တေဝါသိနာ၊ ထံရင်း
ဆည်းကပ် မပြတ်စာဝါ ဌာနထာနှင့် နေဝါ ညဝါ ကျမ်းစာ
ထိုထို ကိုယ်တိုင်ဆိုရ မြန်ခေတ်စတွင် စာချအရာ ကျောင်းဝိပာ
နှင့် တိုက်ကြပ် တိုက်အုပ် အဟုတ်မြောက်စား အားထားခံရ
ဩရသစစ် တပည့်ရင်းဖြစ်သော—(မယာမှာစပ်)

၂။ ယင်းမာပင် နဂရဌာနေ။
 ရွာသာယာဣတိ ဝိဿုတေ။
 မနောရမေ ခိုးမတိမေ၊
 ဝသန္တေန ဟိတေသိနာ။

ယင်းမာပင် နဂရဌာနေ၊ ထုသိရွှင်လန်း တင့်ဆန်းရောင်လင်း
 ပန်းမင်းယင်းမာ ထိန်ဝါပွင့်ဖူး ပုဂ္ဂိုလ်ထူးတို့ ပျော်မြူးနေရာ
 မြို့ယင်းမာဒေသ စိုးပိုင်သ ဌာနမြေ၌။ (ဝါ၊ ရင့်မာတကျိပ်
 နုမာငါးရာ ရွှေလာစကား အရှိသားမို့ ဘုရားပစ္စေကာ အရိယာ
 လောင်း သူတော်ကောင်းတို့ ပျော်အောင်းနေရာ မြို့ယင်းမာ
 ဒေသ စိုးပိုင်သဌာနမြေ၌။) ရွာသာယာဣတိ ဝိဿုတေ၊ ဗိုလ်ချုပ်
 အစိုးရ တက်ခါစတွင် ဖြူစင်မေတ္တာ စေတနာဖြင့် ကျေးရွာ
 ဖွံ့ဖြိုး စီးပွားတိုးရန် ရည်သန်လှ ဆော် ရဲမင်းကြီး ဦးသိန်းဇော်
 နှင့် နှီးဆော်ရပ်ရွာ စည်ပင်သာအောင် ဦးဆောင်ကြိုးပမ်း
 ရွာအုပ်ကြီး ဦးသာထွန်းအပြင် စီစဉ်လမ်းမနှင့် ဦးထွန်းဟန်နှင့်
 ဇွဲသန်တက်ကြွ ဦးဘိုးခတို့ ဝါယမဆောင် မြားမြောင်ရေပန်း
 ရေပူစမ်းကြောင့် ဖြစ်ထွန်းပေါ်လာ မြနန္ဒာနှင့် သစ္စာ၊ မေတ္တာ
 ရေကန်သာမှ ရေလာမြောင်းသွင်း ဥယျာဉ်ခင်းနှင့် ရွာတွင်း
 လမ်းကြွယ် သွယ်သွယ်လှပ ရွာသာယာစံပြ၌။ (ဝါ၊ ရွှေအခါက
 ဤဒေသဝယ် မရသောက်ရေ မိုးလေဝသ ခေါင်းပါးလှ၍
 ဓန ရွှေငွေ ဆန် ရေစပါး ပါးရှားနိမ့်ကျ ဘဝခြေနေ ဖွံ့ဖြိုး
 လေအောင် ဦးဆောင်ပြုလုပ် ဗိုလ်ချုပ်တီထွင် လမ်းစဉ်ဖွဲ့သစ်
 ဆိုရှယ်ခေတ်ဝယ် အားသစ်ကြိုးပမ်း ရေပူစမ်းကြောင့် အံ့ဖွယ်
 ဘနန်း ဖြစ်ထွန်းပေါ်လာ မြနန္ဒာနှင့် မေတ္တာ၊ သစ္စာ ရေကန်
 သာမှ ရေလာမြောင်းဖော် ထုကျော်စပါး ပေါများသီးနှံ
 ဥယျာဉ်ခြံဝယ် ပန်းမာလံဝေဆာ မာလကာသရက် သပျက်ပိန္နဲ
 နှံ့ထောက်ရှာ ဩဇာငှက်ပျော ပေါများ၍လာ သာယာ
 စုပေါင်း သူတော်ကောင်းတို့ ပျော်အောင်းနေရာ ကျောင်းဝိဟာ

နှင့် ဂေဟာ အလယ်တန်းကျောင်း ဧည့်ကောင်း နေရာ
အေးရိပ်သာဝယ် ဝန်းကာပတ်ရံ ရေချိုးကန်၌ ဇိနခံပျော်ပါး
ရေကစားသည့် လုပ်သားပြည်သူ ကြည်ဖြူရှင်လန်း အပန်းဖြေရာ
ဝန်းသာ၍ သိကြားစံရာ ဝတ်သနွယ် ဂုဏ်ကြွယ်ဘက်လာ
ရွာသာယာဟု ဆရာတော်ကြီး ဂုဏ်ကိုမှီး၍ ဝေးနီးကြေငြာ
ထင်ရှားသောရွာ၌။) မနောရဓမ္မ၊ ပညာလိုလား တပည့်သားတို့
စိတ်အားဓမ္မလျော် ရှင်ပျော်ရာဖြစ်သော။ ရိုးမတိမ်၊ အင်္ဂလိပ်
လက်ထက် တောကျေးလက်တွင် အထက်တန်းပညာ ဦးစွာ
သင်ပေး အေးအေးနေရိုး ဟန်းခိုးမ္မာထိန် ရိုးမတိမ်ဆရာတော်
ဘုရား၏ စိတ်အားရှင်ပျော် သီတင်းသုံးနေခဲ့ရာ ရိုးမတိမ် (မဟာ
အောင်မြေ) ကျောင်းဝိဟာ၌။ (ဝါ၊ အနေရိုးဘိ သမာဓိနှင့်
သတိပညာ ဘာဝနာဉာဏ်မြင် ကျေးဇူးတော်ရှင် ရိုးမတိမ်
ဆရာတော်ဘုရားကြီး၏ စိတ်အားရှင်ပျော် သီတင်းသုံးနေခဲ့ရာ
ရိုးမတိမ် (မဟာအောင်မြေ) ကျောင်းဝိဟာ၌။) ဟိတေသိနာ၊
လောကီ လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာသုခချမ်းသာရအောင် ရွက်ဆောင်
ရှာမှီးလေ့ရှိသည်ဖြစ်၍။ ဝသန္တေန၊ ဆရာမေတ္တာ မိန့်အာဏာ
ကြောင့် တောရွာမပျော် မြို့ရွာပျော်ဘိ စိတ်ကိုဖိ၍ သတိပညာ
ဘာဝနာဖြင့် သာယာရှင်ပျော် သီတင်းသုံးနေသော--(ရှေ့ ဂါထာ
မယာမ္မာ-စပ်)

၃။ ကံကုန်း ဂါမေ ဆာလင်း နုပြေ၊ (နဂရေဖတ်)
ရဓမ္မသာသနရိပ်မ္မန္တေ။
ဝသတာ ကံကုန်းထေရေတိ၊
ပါကဋ္ဌေန မယာ ဣတာ။

ပုဗ္ဗ၊ ဆရာနေရာ ရိုးမတိမ် (မဟာအောင်မြေ) ကျောင်း
ဝိဟာ၌ ကျောင်းထိုင်ဘုန်းကြီး အဖြစ်နှင့် နှစ်သက်ရှင်ပျော်
သီတင်းသုံးမနေမီ ရှေ့အဖို့၌။ ဆာလင်း နုပြေ၊ အမည်ပျံ့သင်း
မြို့ဆလင်းနယ်ဖြစ်သော။ ကံကုန်းဂါမေ၊ “ကုသလကမ္မံ ကရောန္တိ

ထွောတိ ကံကုန်း” ရွှေထုံးဗျုပ္ပတ် ဝစနတ်ကြောင့် လူကောင်း
 လူတတ် လူမြတ်တို့သာ ပြုနိုင်ရာသည့် ဆယ်ဖြာပုည ကုသလကံ
 စီမံအားထုတ် ပြုလုပ်သူတို့၏ နေရာ ကံကုန်းရွာ၌။ ရမ္မေ၊
 အုတ်တံတိုင်းနှင့် ရွှေတိုင်းတင့်အောင် ကျောင်းဆောင်အုတ်တိုက်
 သိမ်တိုက်ဓမ္မာရုံ တရားစုံဟောကြား ယောဂီများနေရာ အေးရိပ်
 သာနှင့် လျှောက်ကာ ကျင့်ရန် ကျောင်းစင်္ကြံတို့ဖြင့် အမှန်
 တင့်တယ် ဓမ္မလျော်ဖွယ်ဖြစ်သော။ သာသနရိပ်မဇ္ဇန္တု သာသနာ
 စိတ်သန် ထေရ်မြတ်မွန်တို့၏သီဟင်းသုံးနေရာ “သာသနာရိပ်မဇ္ဇန္တု”
 ကျောင်းဗိမာန်၌။ ဝသဟာ၊ သင့်တင့်စိတ်ထား တရားဘာဝနာ
 ကျင့်ကာရွှင်ပြုံး သီတင်းသုံး နေခဲ့သောကြောင့်။ ကံကုန်း
 ထေရေတိ၊ ကံကုန်းဆရာ ယေရိယောဟူ၍။ ပါကဇ္ဇေန၊ အလွန်
 ထင်ရှား အသိများသော။ မဟာ၊ ငါသည်။ (ပါ၊ ဘိုးတော်
 လက်ထက် မင်းဒဏ်ချက်ကြောင့် ယွတ်ပြေးရောက်လာ ရမ္မာဝတီ
 ဂုံဏ်ဆီဘက်လွှမ်း ရမ်းဗြဲကျွန်းဟွင် ခင်မင် မင်းချင်း ပေါင်းသင်း
 နေမှု မင်းသားစုရွာ ဘ-မ္မာမင်းမျိုး မိ-မျိုးမတ်မဟာ
 ဆင်းသက်လာသား ဝါးကျောင်းဆရာ ထောင့်ချိန်ရာတွင်
 ကဗျာလင်္ကာ ဇာတ်မှာဆယ်ဘွဲ့ အဖွဲ့စဉ်ပြု ရတုရကန် နည်းမှန်
 ရေးသား ထင်ရှားဘေးတော် ဆရာတော်လှ မြစ်တော်ပီတ
 ဦးဖြူလှနှင့် မြစ်မမယ်တော် ခေတီအောင်ညိုထံ ဝင်စားပြန်လာ
 ဘိုးမှာစကား မှတ်သားမြဲဆောင် ဦးဆုံးနောင်နှင့် ဆန္ဒပါပိုမို
 ခေတီညိုညိုက သာမဏေရ ပဗ္ဗဇ္ဇဘုံရောက် ချီးမြှောက်အမြဲ
 သံဘွဲ့ကြီးရင့် ဦးဘိုးမြင့် ပိဟာ မာဟာဒေဝီနု ပြုစုနဂ္ဂဟံ
 ရဟန်းခံခြင်း ဦးထွန်းဝင်းက ဖေးမပို့ပေး မန္တလေးရောက်
 အားဆောက်ပညာ မြို့မုံရွာဝယ် နေဝါညဝါ ဇွဲကထာနှင့်
 ကာသာစုံလင်း မျိုးရင်းဗမာ နှစ်ခါရဟန်း ဖြစ်ဆန်းညဏ်ရောင်
 ကလောင်မည်မှာ (ဝိဇ္ဇာထွန်းသာ) ရဟန်းဘွဲ့မှာ ရှင်သီလာစာရ
 ပညတ်မျှသာ ငါမရှိပဲ ငါဟုသမုတ် နာမ်နှင့်ရုပ်သည်။ ကကာ
 အသစ်တီထွင် စီရင်အပ်သော— (ရှေ့ဂါထာ ဗုဒ္ဓဂီတာမှာစပ်)

၄။ နိဿယာ ဓမ္မပဒဿ၊
ဒေသိတဿ သုဒ္ဓလ္လဘာ။
ဗုဒ္ဓဂီတာ တယော ဘာဿ၊
ကာဗျလင်္ကာရဘူသိတာ။

၅။ စတုတိသ တိကေကမ္ပိ၊
ကဏ္ဍပက္ခဿ ဆဋ္ဌမေ၊
ရဝိ ဒိနေ ကတ္တိကဿ၊
အနာယသေန နိဋ္ဌိတာ။

ဒေသိတဿ၊ ရှင်တော်ဘုရား ဟောကြားမိန့်အပ် ဒေသနာ
တော်မြတ်ဖြစ်သော။ ဓမ္မပဒဿ၊ ဓမ္မပဒ နာမသင်းကြည်
တရားအဆီ၏။ နိဿယာ၊ သိကြောင်းသိရာ မှီရာနိဿယဖြစ်
သော။ သုဒ္ဓလ္လဘာ၊ ပြည်သူ့အကြိုက် ခေတ်နှင့်လိုက်အောင်
အမွန်ပင်ရခဲလှစွာသော။ ကာဗျလင်္ကာရဘူသိတာ၊ ပါဠိအလိုက်
လုံးရေကိုက်ဟဗျာ ဆင်းတန်းဆာဖြင့် ဟန်ဆာဆင်အပ်သော။ ဗုဒ္ဓ
ဂီတာ၊ ယခုခေတ်ကြိုက် လွန်အားစိုက်မှ သိုက်မြိုက်ဝေဆာ
ပေါ်ထွက်လာသည့် “ဗုဒ္ဓဂီတိကာ” သညာဟင်္တုဆန်း ရွှေစာကျမ်း
သည်။ စတုတိသတိကေကမ္ပိ၊ မြန်မာ့ဝေါဟာ ကောဇာတွက်စစ်
သက္ကရာဇ်မှာ တောင့်သုံးရာ သုံးဆယ့်လေးခုနှစ်၌ (၁၃၃၄)။
ကတ္တိကဿ၊ ဥတုဟေမန္တ တန်ဆောင်မုန်းလ၏။ ကဏ္ဍပက္ခဿ-
ဆဋ္ဌမေ၊ လဆုတ်ပက္ခ ခြောက်ရက်မြောက် ဖြစ်သော။
ရဝိဒိနေ၊ တနင်္ဂနွေနေ့ နံနက် ကိုးနာရီတိတိ အချိန်၌။
အနာယသေန၊ နှောင့်ယှက်ဘေးဒဏ် ရန်မာန်ခပ်သိမ်း ကင်း
လွတ်ငြိမ်းသဖြင့်။ နိဋ္ဌိတာ၊ ဝန်းကျင်ပတ်ကိုး ကမ္ပတ်ဖိုးလျက်
နိဂုံးအရောက် ပြီးမြောက်ခဲ့ လေပြီတည်း။

“ ဆု တောင်း ပတ္တနာ ”

၆။ အဘိဝုန္တု မေ မေတ္တာ၊
 သီလာစာရသမာဓယော။
 ပရက္ကမော အနာဏာန၊
 ဗောဓျတ္တာယ ပရံပရံ။

မေ၊ ရှင်သီလာစာရ နာမသမုတ် အကျွန်ုပ်၏။ မေတ္တာ၊
 ရန်သူမချန် သတ္တဝါမှန်ကို ကေနိပွားလတ် မေတ္တာဓာတ်သည်
 လည်းကောင်း။ သီလာစာရသမာဓယော၊ နာမည်အလျောက်
 ကုသိုလ်မြောက်အောင် မမောက်သီလ စာဂပြည့်စုံ မတုန်လှုပ်
 လော သမာဓိတို့သည် လည်းကောင်း။ အနာဏာန၊ မိဘမဲ့ ခိုကိုး
 ရာမဲ့သော ကျောင်းသားသူငယ်တို့အတွက်။ ပရက္ကမော၊ အားရှိ
 သလောက် ချီးမြှောက်နိုင်ကြောင်း မေတ္တာပြဋ္ဌာန်းသော လုံ့လ
 ကောင်းသည် လည်းကောင်း။ ဗောဓျတ္တာယ၊ အများကောင်း
 စား အားထားရည်သန် ဗောဓိဉာဏ်အကျိုးငှါ။ တနည်း၊
 အနာဏာနဗောဓျတ္တာယ၊ အားနွဲ့သူပေါင်း ချမ်းသာကြောင်း
 နှင့် အကောင်းဆုံးရည်သန် ဗောဓိဉာဏ်အကျိုးငှါ။ ဝါ၊ မဂ်
 ဖိုလ်မရ၊ အားနွဲ့ကြသူနတ်လူအပေါင်းမဂ်ရကြောင်းနှင့်အကောင်း
 ဆုံး ရည်သန် ဗောဓိဉာဏ်အကျိုးငှါ။ ပရံပရံ၊ တမြင့်ထဲမြင့်
 ဆင့်ကဲတင့်သည်ဖြစ်၍။ အဘိဝုန္တု၊ တနေ့တခြား တက်နေ
 လားသို့ ကြိုးပွားမြန်စွာ တိုးတက်ကြပါစေကုန်သတည်း။

၇။ ဣဇ္ဈန္တိ မမ သင်္ကပ္ပါ၊

သဗ္ဗေသဉ္စ အသေသတော။

သဒ္ဓိံ ဟောန္တု သုခိ သဗ္ဗေ၊

မာတာ ပိတာစရိယောဘိ၊

မေ၊ ရှင်သီလာစာရ နာမသမုတ် အကျွန်ုပ်၏။ သင်္ကပ္ပါ စ၊
ကောင်းမြတ်ကြံစည် ပါရမီနှင့် စာဂိကျင့်သုံး အမြင့်ဆုံးရည်သန်
ဗောဓိဉာဏ်တို့သည်လည်းကောင်း။ သဗ္ဗေသံ၊ မြန်မာပြည်သူ
များဗိုလ်လူနှင့် ကမ္ဘာသူ ကမ္ဘာသား အများသတ္တဝါ နတ်ဗြဟ္မာ
ဟူသမျှတို့၏။ သင်္ကပ္ပါ စ၊ ကောင်းမြတ်ကြံစည် လောကီ
လောကုတ္တရာ နှစ်ဖြာသုခ ဟူသမျှတို့သည် လည်းကောင်း။
အသေသတော၊ ကြွင်းကျန်တစ် မရှိသောအားဖြင့်။ ဣဇ္ဈန္တိ၊
လုံးဝ ပြီးမြောက် အောင်မြင်ခြင်းသို့ ရောက်ကြပါစေကုန်
သတည်း။ မေ၊ ရှင်သီလာစာရ နာမသမုတ် အကျွန်ုပ်၏။
မာတာ ပိတာစရိယောဘိ၊ ကျေးဇူးကြီးလှ မိဘ အရာ ဉာဏကာ
တို့နှင့်။ သဒ္ဓိံ၊ အတူတကွ။ သဗ္ဗေ၊ စက္ကဝဋ္ဌာ ကမ္ဘာအနှံ့
ရှိသမျှ ဥဿုံ လုံးစုံများစွာ သတ္တဝါတို့သည်။ သုခိ၊ ကိုယ်စိတ်
နှစ်ဖြာ ဘယာမငြိ ချမ်းသာခြင်း ရှိကြကုန်သည်။ ဟောန္တု၊
ဖြစ်ကြပါစေကုန်သတည်း။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ ကျမ်းရွှေစာ ပြီး၏။

ဗုဒ္ဓဂီတိကာကျမ်းဖြူ
ဆရာတော် ဦးသိလာစာရေး

၁။ “ငါးရဲနုနုဆယ်ရှစ်သွယ်မေတ္တာ”
“ဂီတိကာ”

(ပါဠိ-အင်္ဂလိပ်-မြန်မာကဗျာ)

၂။ “မင်္ဂလာ ဂီတိကာ”
(ပါဠိ-အင်္ဂလိပ်-မြန်မာကဗျာ)

၃။ “နိတိ ဂီတိကာ”
(ပါဠိ-အင်္ဂလိပ်-မြန်မာကဗျာ)

၄။ ဟိန္ဒူဘာသာ “ဘဂဝတ်ဂီတာ”
(ပါဠိ-အင်္ဂလိပ်-မြန်မာကဗျာ)

မျှော်ပါး

ဗုဒ္ဓဂီတိကာ (ဒု-တွဲ)

ဂါထာသုစိ

ဂါထာဇော	ပိဋကံ	ဂါထာနိယာ	ပိဋကံ
၁/၂၇ [အ]		[အာ-ဣ-ဥ-ဇ-က]	
အကုသိုလ်	၃၆၀	အာကာသေဝ	၉၉၁၀၀
အကုသိုလ်ဒုက္ခဋ္ဌိ	၁၉၉	အာရောဂျပရမာ	၁၄
အက္ခောဓေန	၅၀	အာသာ ယဿ	၃၆၄
အက္ခောဓနံ	၃၄၄	ဣဒံ ပုရေ	၂၁၉
အက္ခောသံ	၃၄၂	ဣဓ ဝဿံ	၁၅၂
အတ္တနာ စောဒယတ္တာနံ	၃၀၃	ဥစ္ဆိန္နသိနေဟမတ္တနော	၁၅၀
အတ္တာဟိ အတ္တနော	၃၀၄	ဥဋ္ဌာနကာလမ္ပိ	၁၄၁
အတ္ထမိ ဇာတမ္ပိ	၂၂၇	ဥပနိတဝဟော စ	၇၁
အနုပုဗ္ဗေန	၇၄	ဥသဘံ ပဝရံ	၃၀၇
အပ္ပညလာဘော	၁၉၂	ကေဿ စရိတံ	၂၂၆
အပ္ပမာဒရတာ ဟောထ	၂၂၁	ကောသနံ	၁၀၃
အပ္ပလာဘော ပိ	၂၀၃	တေဉ္စိ တုဗ္ဗေ	၁၃၄
အဘယေ ဘယဒဿိနော	၂၀၄	ဟေမတ္ထဝသံ	၁၅၇
အဘူတဗါဒီ	၁၀၅	တေံ ဒဉ္စိ	၂၅၀
အယသာဝ	၇၆	ဧဝံ ဘောပုရိသ	၈၈
အယောဂေ ယုဉ္ဇ	၂၅	ဧသေဝ မဂ္ဂေါ	၃၃၂
အလဇ္ဇိတာ ယေ	၂၀၃	ကယိရာ စေ	၁၉၀
အဝဇ္ဇေ	၂၀၆	ကမတော ဇာယတိ	၃၅
အဝိရုဒ္ဓံ	၃၅၆	ကာယပ္ပကောပံ	၆၃
အသဇ္ဈာယဗလာ	၇၈	ကာယေန သံဝရော	၂၇၅
အသံသဉ္စိ	၃၅၂	ကာယေန သံဝုတာ	၆၆
အသာဟသေန	၁၀၃	ကာသာဝကဏ္ဍာ	၁၀၇
ဟံ နာဂေါဝ	၂၀၉	ကိံ တေ ဇဋ္ဌာဟိ	၃၃၂
ဟိံ သကာယေ	၅၄	ကုသော ယထာ	၁၉၅

ဂါထာယော	ပိဋကံ	ဂါထာယော	ပိဋကံ
[က-ဂ-စ-ဆ-ဇ-ဈ-တ-ဒ]		[ဝ-ဇ-န]	
ကောဓံ ဇဟေ	၄၆	ဒုပ္ပဗ္ဗဇ္ဇိ	၁၁
ဂမ္ဘီရပညံ	၃၅၀	ဒုရေ သန္တော	၁၁
စက္ခုနာ သံဝရော	၂၇၄	နေပါလော နာမ	၂၁
စတ္တာရိ ဌာနာနိ	၁၉၁	ဓမ္မာရာမော	၂၁
ဇန့်ဝ ဝိမလံ	၃၇၀	ဝိရဉ္စ ပညဉ္စ	၂၁
စိရပ္ပဝါသိ	၄၃	နဂရံ ယတာ	၂၀၁
စုတိံ ယော ဝေဒိ	၃၀၂	န စာဟံ ဗြဟ္မဏံ	၃၃၆
ဆန္ဒဇာတော	၄၁	န စာဟု	၅၉
ဆိန္ဒ သောတံ	၃၁၀	န ဇဋ္ဌာဟိ	၃၃၀
ဆေတွာ နဒ္ဒိ	၃၄၀	န တံ ဒဋ္ဌံ	၂၅၀
ဇယံ ဇေရံ	၈	န တာဝတာ	၁၀၈
ဇိဗ္ဗန္တာ ပရမာ	၁၂	န တေန အရိယော	၁၂၆
ဈာယ ဘိက္ခု	၂၉၁	န တေန ထေရော	၁၁၀
ဈာယံ ဝိရဇမာသိနံ	၃၁၆	န တေန ပဏ္ဍိတော	၁၀၆
တဏှာယ ဇယတိ	၃၇	န တေန ဘိက္ခု	၁၂၀
တတော မလာ	၈၁	န တေန ဟောတိ	၁၀၂
တတြာယမာဒိ	၂၉၅	နတ္ထိ ဈာနံ	၂၉၃
တထေဝ ကတပုညဗ္ဗိ	၄၃	နတ္ထိ ဈာနသမော	၁၀၁၉၃
တသိကာယ	၂၄၆၊ ၂၄၇	န ဗြာဟ္မဏဿ	၃၂၄
တသ္မာ ပိယံ	၂၈	န ဗြာဟ္မဏဿ	၃၂၂
တံ ပုတ္တပသုသမ္ပတ္တိ	၁၅၄	န မုဏ္ဍကေန	၁၁၇
တံ ဝေဝါဝဒါမိ	၂၃၆	န မောနေန	၁၂၃
တိဏဒေါသာနိ	၂၆၉၊ ၂၇၁	န ဝါက္ခရဏမတ္တေန	၁၁၄
တုမ္မေဟိ ကိစ္စမာတဗ္ဗံ	၁၃၄	န သီလပဗ္ဗတမတ္တေန	၁၂၈
ဒဒါတိ ဝေ	၉၀	န သန္တိ ပုတ္တာ	၁၅၆
ဒန္တံ နယန္တိ	၂၁၀	န ဟိ ဇေတုဟိ	၂၃၃
ဒိဝါ တပတိ	၃၁၈	နိက္ခံ ဇမ္ဗော နဒဿေဝ	၆၁

ဂါထာယော	ပိဋကံ	ဂါထာယော	ပိဋကံ
[န-ပ-ဖ-ဗ-မ]		[မ-ယ]	
ဥဋ္ဌင်္ဂတော	၂၆၀	မုဉ္ဇ ပုရေ	၂၅၅
ခိဇာယ ဒဏ္ဍိ	၃၅၄	မေတ္တာ ဝိဟာရီ	၂၀၇
နော စေ လဘေတ	၂၂၄	ယကော ယတော	၂၆၅
ပဉ္စ ဆိန္ဒေ	၂၉၀	ယထာပိ မူလ	၂၃၉
ပဏ္ဍုပလာသောဝ	၆၈	ယဒါ ဒွယေသု	၃၁၂
ပရဒုက္ခပဓာနေန	၁၆၂	ယမ္ပာ ဓမ္မံ ဝိဇာနေယျ	၃၂၈
ပရဝဇ္ဇာနုပဿိယ	၉၇	ယမ္ပိ သဒ္ဓဉ္စ	၁၁၁
ပဝိဝေကရသံ	၁၆	ယဿ ကာယေန	၃၂၆
ပံသုက္ကသဓရံ	၃၃၄	ယဿ ဂတိံ	၃၈၃
ပါပါနိ ပရိဝဇ္ဇေတိ	၁၂၃	ယဿ စေတံ	၉၁၊ ၁၆၄
ပါမောဇ္ဇ ဗဟုလော	၃၈၆	ယဿ ဆတ္တိံ သတိ	၂၄၀
ပိယတေ ဇာယတိ	၂၉	ယဿ ပါရံ	၃၁၄
ပုဗ္ဗေနိဝါသံ	၃၈၉	ယဿ ပုရေ စ	၃၈၅
ပေမတော ဇာယတိ	၃၁	ယဿ ဣဂေါ စ	၃၅၈
ပေါရာဏမေတံ	၅၈	ယဿာလယာ	၃၆၆
ဖုဿမိ	၁၂၈	ယံ သော သဟကေ	၂၃၂
ဗာလသင်္ဂတ စာရိဟိ	၂၁	ယံ ကိဉ္စိသိထိလံ	၁၉၆
ဗာဟိတ ပါပေါတိ	၃၂၈	ယံ စေ ဝိညု	၆၁
မဂ္ဂါနုဋ္ဌင်္ဂိကော	၁၃၁	ယံ ဟိ ကိစ္စံ	၁၆၄
မတ္တာသုခ ပရိစ္စာဂါ	၁၅၉	ယာဝ ဟိ ဝနထော	၁၄၈
မနုဇဿ	၂၃၁	ယေ ဣဂရတ္တာ	၂၅၃
မနောပကောပံ	၆၅	ယေသဉ္စ သုသမာရဒ္ဓါ	၁၆၅
မလိတ္ထိယာ	၈၀	ယောဂါ ဝေ	၁၄၅
မာတရံ ပိတရံ ဟန္တာ	၁၆၇၊ ၁၆၈	ယော စ သမေတိ	၁၁၇
မာ ပိယေဟိ	၂၇	ယောစေတံ	၂၃၅
မိတ္တေ ဘဇဿ	၅၉၇	ယော ဒုက္ခဿ	၃၄၈
ဓမ္မိယ ဒါဟောတိ	၅၁၇	ယောစ ကာမေ	၃၇၄

ဂါထာယော	ပိဋကံ	ဂါထာယော	ပိဋကံ
[ယ-ရ-ဝ-သ]		[သ-ဟ]	
ယောမ ဝဏ္ဏံ	၃၇၆	သဗ္ဗသံဃေဇနံ	၃၃၈
ယောမ ဒီဃံ ဂါ	၃၆၂	သဗ္ဗသော	၂၈၅
ယောမ ပုညဉ္စ	၁၂၁၊ ၃၆၈	သဗ္ဗဘိက္ခု	၂၆၃
ယော နိဗ္ဗာနဟော	၂၄၈	သဗ္ဗ ဓမ္မာ	၁၃၉
ယော ပါဏမတိ	၈၆	သဗ္ဗ သင်္ခါရာ	၁၃၃၊ ၁၃၇
ယော မုခသံယဒေတာ	၂၇၉	သရီတာနိ	၂၄၄
ယော ဟံ ဂလိယထံ	၃၇၂	သဂန္တိ သဗ္ဗမိ	၂၄၃
ယော ဓေ နုပ္ပာနိတံ	၄၈	သဗ္ဗသံ နာတိမညေယျ	၂၈၃
ယော ဟဒေ	၃၀၈	သဟဒဿနမရိယာနံ	၁၈
ရတိယာ ဇေယတိ	၃၃	သိဉ္စ ဘိက္ခု	၂၈၈
ဝဇီဝကေသံ	၆၄	သိဗဒဿနသမ္ပန္နံ	၃၉
ဝဇ္ဇန္တ ဝဇ္ဇတော	၂၀၇	သုခံ ယာဝဇာ	၂၃၀
ဝနံ သိန္ဓထ	၁၄၇	သုခါမတ္တေယျသာ	၂၂၈
ဝရမဿာနာ	၂၁၂	သုဇိဝံ အဟိရိကေန	၈၃
ဝဿိကာ ဝိဟ ပုပ္ဖါနီ	၂၉၉	သုညာဂါရံ	၂၉၃
ဝါစာနုရက္ခိ	၁၄၃	သုဒဿံ ဝဇ္ဇမညေသံ	၉၅
ဝါရိပေါက္ခရပဏ္ဍိတ	၃၄၆	သုဗ္ဗဗုဒ္ဓံ	၁၇၁၊ ၃၁၅
ဝိတက္ကမထိတဿ	၂၅၇	သုရာမေရဃ	၈၆
ဝိတက္ကပဿဝေတ	၂၅၈	သုသုခံ ဝတ	၁၁၃၊ ၄၁၆
ဝိတတဏှော	၂၆၁	သေယျော အယျော	၁၈၉
သဓေ လဘေတထ	၂၂၃	သော ကဓရူဟိ	၆၉၊ ၇၁
သစ္စံ ဘဏေ	၅၂	ဟက္ကသံယဒေတာ	၂၇၇
သန္တကာယော	၃၀၁	ဟနန္တိ ဘောဂါ	၂၆၇
သဒါ ဇာဂရမာနာနံ	၅၆	ဟိတော ရတိံ စ	၃၈၀
သုဒ္ဓေါ သီလေန	၁၇၉	ဟိတော မာနသကံ ပုဏ္ဏိယပေဋိကံ	၁၇၈
သဗ္ဗဒါနံ ဓမ္မဒါနံ	၂၆၅	ဟိရိမတာ စ	၅၈၄



အလိမ္မာ စာမှာရှိသည်

လူတော်လူကောင်းဖြစ်စေ

ပြည်ထောင်စု ဆိုရှယ်လစ်သမ္မတ ပြန်မာနိုင်ငံတော်

သာသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်မှ

မြန်မာပြန် ပိဋကတ်များကို ဖတ်ပါ

သောသနာရေးဦးစီးဌာန ပုံနှိပ်တိုက်မှ
ရိုက်နှိပ်ပြီး သဒ္ဒါကျမ်းများ

၁။ ရူပသိဒ္ဓိဂဏ္ဍီ (၀-၅)

၂။ ရူပသိဒ္ဓိပါဌ်

၃။ ရူပသိဒ္ဓိဋ္ဌိကာ

၄။ သဒ္ဓနိတိ ပဒမာလာ

၅။ သဒ္ဓနိတိ ဓာတုမာလာ

၆။ သဒ္ဓနိတိ သုတ္တမာလာ

၇။ သဒ္ဓနိတိ ပဒမာလာ နိဿယ ပဌမတွဲ၊ ဒုတိယတွဲ

၈။ သဒ္ဓနိတိ ဓာတုမာလာ နိဿယ ပဌမတွဲ၊ ဒုတိယတွဲ

၉။ နိရုတ္တိဒီပနီ

၁၀။ မောဂ္ဂလ္လာနဗျူဟာရဏံ

၁၁။ ပဗောဂသိဒ္ဓိပါဌ်

တိပိဋက ပါဠိ-မြန်မာ အဘိဓာန်ကြီး၊

အတွဲ ၁-၂-၃-၄-၅-၆-၇-၈-၉-၁၀ ထွက်ပြီ

ကျန်အတွဲများ ဆက်ထွက်မည်။

